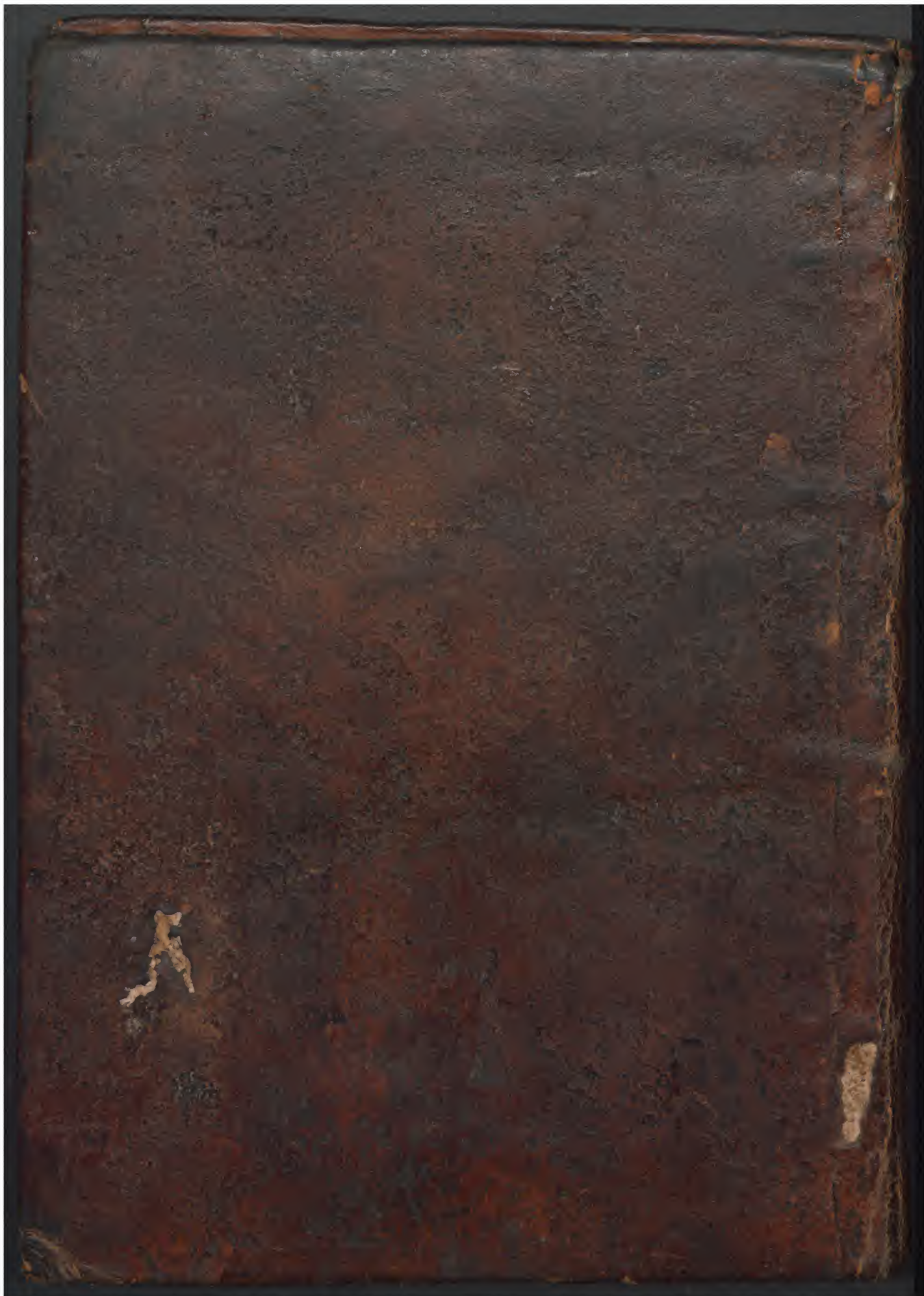






Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Image reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
11220 Vol. 2





Early European Books. Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
2512/D Vol. 2



Early European Books. Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of the Wellcome Trust, London.
2512/D Vol. 2



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by permission of The Wellcome Trust, London.
1812/10 Vol. 2

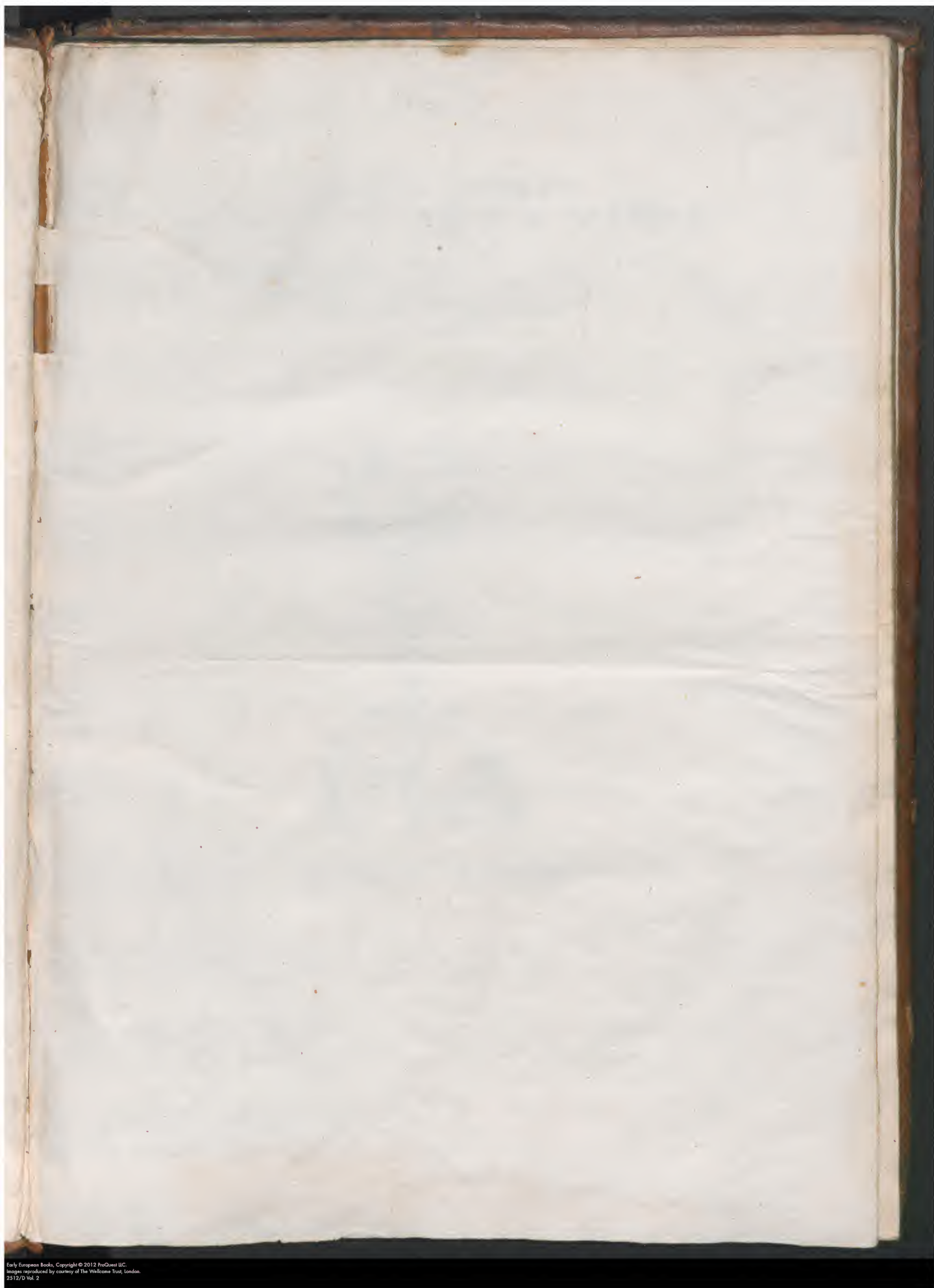
Tome II

2512

A XVIII C

Ex libris cypriani martin D. med.
Ex libris Benati martin D. m.
ex libris cypriani martin D. m. 1752

Early printed history - Vol. 23



Tome II

GALENI OPERVM
TOMVS SECVNDVS
SCRIPTORVM EIVS OMNIVM
CLASSEM SECVNDAM CONTINENS,
quæ totius artis partem minimè postre-
mam complectitur.

LIBRORVM CATALOGVM VERSA
PAGINA DOCEBIT.



BASILEAE. M D XLII

IN HAC SECUNDA CLASSE HAEC
CONTINENTVR.

Hippocratis de aere, aquis, & locis libellus, Iano Cornario interprete.	Fol. 2
Galenī de alimentorum facultatibus libri tres, Martino Gregorio interprete.	Col. 1
De cibis boni & mali succi liber, Ferdinando Balamio Siculo interprete.	101
In librum de salubri diætā commentarius, Hermanno Cruserio Campensi interprete.	123
De attenuante diætā liber, Martino Gregorio interprete.	137
De ptisana liber, Ioanne Polito interprete.	149
De parua pilæ exercitiū liber, Valerio Centannio Vicentino interprete.	155
De cognoscendis curandisque animi morbis, quas perturbationes Latini appellant, liber, Bernardino Donato Veronensi interprete.	159
De cuiusque animi peccatorum notitia atque medela libellus à Iunio Paulo Crasso Patauino conuersus.	181
De assuetudinibus liber, Nicolao Regio Calabro interprete. Græcus desideratur.	197
De sanitate tuenda libri sex, Thoma Linacro Anglo interprete, recogniti.	205
Ars tuendæ sanitatis num ad medicinalem artem spectet, an ad exercitatoriam, liber, Iunio Paulo Crasso Patauino interprete, ex secunda recognitione.	353

HIPPOCRATIS DE AERE

AQVIS ET LOCIS LIBELLVS

IANO CORNARIO INTERPRETE.

GALENI COMMENTARIA DESIDERANTVR.

Quicunq; artem medicā integre adsequi uelit, primū quidem temporū anni rationem habere debet, quantū potentia quodlibet eorū ualeat: nō enim simile quicq; in illis existit: uerū differunt inuicē propter uarias quæ in eis fiunt mutationes. Deinde uentorū calidorumq; & frigidorū, maxime qui ex his omnibus hōibus sunt cōmunes, & mox qui in unaquaq; regione sunt indigenæ & proprii. Neq; uero negligentiorē se circa aquarū facultates cognoscēdas exhibere cōuenit. Quēadmodū enim gustu differunt, & pondere ac statione, sic quoq; uirtute aliæ alijs longe præstant. Quare si quis ad urbem sibi incognitam perueniat, circumspicere oportet eius situm, quo modo scilicet ad uentos, & solis exortum iaceat: non enim æquales uires sunt, ad Septentrionē sitæ, & uergentis ad Austrū, neq; eius quæ solem exorientē, & quæ eundem occidentē spectat. Hęc itaq; diligenter oportet perscrutari, ac simul quo modo habeat circa eam aquę: nūmne palustribus utantur et mollibus, aut duris & ex sublimi loco prolabētibus & scaturientibus ex petris, siue salis, marinis & crudis. Terra etiā consideranda, nudāne sit & aquis carens, aut densa & aquosa, & an cōcaua sit & estuosa, uel alta & frigida. Hominū insuper diēta perquirenda, qua maxime capiantur: an bibuli sint & lurcones & ocio dediti, aut exercitijs uarijs utentes, & tolerantes laborum, ciborumq; plus adpetentes q̃ poculorum. Ex his enim singula sunt inuestiganda. Nam qui hæc omnia probe, quantum fieri potest, cognouerit, aut horum plurima, eum non late re possunt cum in urbem etiam ignotā sibi peruenerit, neq; morbi regioni peculiare & patrij, neq; cōmunis regionis natura, quæcunq; tandem ea fuerit, ut non possit in cognoscendis morbis dubius herere, aut errare sicubi ad morborū medicationē adhibeatur. Quæ ambo illis euenire solent, qui nō prius prouidi hæc diligenter cognouerūt. Quare qui ea studiose rimatus fuerit, uniuscuiusq; temporis, ac anni futuri cōstitutionem prædicere poterit, qui uidelicet morbi cōmuni adfectione ciuitatem sint inuasuri tum æstate, tum hyeme, & quæcunq; pericula unicuiq; sint timenda ex diætæ ac uictus immutatione: cum enim temporū mutationes, & astrorū ortus ac occasus obseruauerit, quemadmodum singula horum eueniant, prænoscet utiq; & de anno, qualis sit futurus. hoc nancq; modo si quis rimatus fuerit ac præcognouerit temporum occasiones, maxime de singulis sciet, ut plurimumq; sanitatem adsequatur, & recta uia procedet, non minima artis suæ gloria. Quod si cui hæc sublimiora uideātur, & ab hac sententiā diffideat, is nouerit non minimā partem conferre ad rem medicā ipsam Astronomiam, sed omnino plurimā. cum unā cum temporibus & uentriculi in hominibus mutetur. Quomodo aut singula quæ diximus scrutari ac explorare oporteat, deinceps dicā manifeste. Quæcunq; quidē ciuitas ad uentos sita est calidos, puto aut eos qui inter brumalem solis exortū itidemq; occasum perflant, huic hi uenti sunt peculiare. A septentrionalibus autem uentis tuta ac protecta ea ciuitas existit. Aquæ uero eius multæ & subsalsæ sunt, & necessario non sublimes, æstate quidem calidæ, hyeme frigidæ. [†] Et intestinorum leuitates & aqua intercus ferē reliquis morbis desinentibus superueniunt, cum non queant facile uentriculi à concepta humiditate exiccati. Si autem æstas pluuiosa sit & austro multum perfletur, similisq; sequatur autumnus, necesse est hyemē morbidam esse, & ijs qui pituita abundāt, & qui quadagesimū annū excesserunt, febres ardentes fieri uerisimile est: qui uero bile abundant, costarum abscessus & pulmonis. Si uero æstas sicca existat, & austro perfletur, sequens uero autumnus pluuiosus, uentis septentrionalibus uigentibus capitis dolores ad hyemem expectare cōuenit, & cerebri cōcussiones, ampliusq; rauedines, grauedines, & tusses, aliquibus etiam rabes. Quod si Borealis sit æstas ac sicca, neq; sub caniculā, neq; sub Arcturi occasum pluuiosa, cōfert pituitosis natura, & maxime qui natura sunt humida, & mulieribus. Biliosis autem infestissimum hoc tempus existit. Valde enim exiccantur, acciduntq; eis lippitudines aridę, & febres acutæ, ac diurnæ, & bilis atra. siquidem quod liquidissimum & aquosissimum in bile est consumitur, densissimum uero & acerrimum relinquitur: quod idem accidit secundum eandem rationem & circa sanguinem, unde repentini hi morbi his accidunt: pituitosis aut hæc omnia cōmoda sunt. Exiccantur

*Hic quædam
desunt.*

¶ 3 enim

enim & in hyemem perducuntur, ab alijs in alia reficcati. Si uero hyems Borealis sit & sicca, uer autem austrinū & pluuiosum, æstate lippitudines fient fortes, pueris & mulieribus febres. Hęc igitur si quis mente concipiet & considerabit, is præcognoscat plurima omnino quæ ex huiusmodi mutationibus sint futura. Maxime autem obseruare oportet magnas temporū mutationes, ut neq; medicinas in illis libentes exhibeamus, neq; uramus quæ circa uentrē: neq; secemus, prius q̃ prætereant dies decē aut plures, & non pauciores. Periculosissima sunt etiam ambo solstitia, maxime uero æstiuū. Periculosum etiam æquinoctiū utrunq; magis uero autumnale. Oportet autē & astrorum exortus cōsiderare, præcipue Canis, deinde Arcturi, & Pleiadum occasum. Morbi enim in his maxime diebus iudicantur, alijq; perimunt, alij uero desinunt, aut in aliam speciem, aliumq; statum transmutantur. Et circa hæc quidem sicut dixi habet, Volo autem & de Asia & Europa demonstrare, quantum differant inter se per omnia, & de gentium formis quid distent, & nihil inuicem simile habeant. Verum de omnibus si quis dicere uelit, in immensum excresceret sermo: quare de maximis, & plurimum differentibus diuersitatibus dicam, quantum saltem mihi in ea re est cōpertum. Ac dico quidem plurimum differre Asiam ab Europa secundum naturas omnium ex terra nascentium, itemq; hominum. Longe enim pulchriora & maiora omnia nascuntur in Asia. Estq; regio ipsa, hac nostra multo mansuetior, sunt etiam hominum gentes benigniores & cultiores. Causa uero horum est temporum anni temperata mixtura. Siquidem in medio solis exortu sita est ad auroram, à frigiditate omni remota. Incrementum autē & benignitatem inde proficisci omnibus in confesso est, cum nihil sit præcellens & cogēs uiolenter, sed per omnia æqualitas uigeat, quantum non habeant ubiq; per omnem Asiam omnia secundum eundem modum. Quæcunq; enim in ea regio in medio sita est calidiq; & frigidi, ea omnium fertilissima existit, & arboribus refertissima, & maxime serena, aquisq; utitur & cœlestibus & ex terra promanantibus. Neq; etiam à calore combusta est ualde, neq; à squalore & aquarum inopia exiccatur, neque à frigore oblæditur. Verum austris perflatur, & irrigua est, tum propter imbres multos, tum propter niues. Fructus autem suo tempore maturos, multos in ea nasci par est, siue ex sparsis seminibus hi proueniant, siue terra ipsa per se sponte producat eorum plantas, quarum fructibus utuntur homines, eas ex agrestibus cícures & domesticas facientes, & pro cōmoditate sua transplantantes. Pecora etiam ipsa pleniora proueniunt, quæ & pariunt sæpius, & pulcherrime educantur. Quin & homines habitiores esse, ac specie pulcherrimos, & magnitudinis eximie, minimeq; differētes quantum ad formā ac corporum proceritatē attinet, constat. Certumq; est hanc regionē proxime accedere ad naturam ac temperaturā optimę cōstitutionis, uerum uiriliter, laboris tolerantia, ac audaciā non uerisimile est huic naturæ innasci. Sicut neq; eiusdē neq; diuersi generis cōstantes ac perpetui sunt amatores. Vincit em̃ in ipsis uoluptas, quę ratio est multiformes generari partus, præcipue in feris. Atq; sic quidē de Aegyptijs ac Libycis mihi habere uidetur. De ijs uero qui ad dextrā hybēni ortus solis usq; ad Mæotidē paludē habitant (hic est em̃ Europę & Asiæ terminus) sic habet. Multo maior diuersitas est inter illas ipsas gentes, q̃ de quibus iam dixi, cū propter uarias temporū mutationes, tum ob regionis naturā. Habet autē eodem planē modo, quemadmodū & circa aliorū hominū terras accidit. Vbi enim tēpora magnas mutationes faciūt & frequentissimas, illic & regio agrestis & maxime inæqualis existit, inueniasq; & montes plurimos & densos, itēq; campos, & prata. Vbi autem ualde uariant tempora, illic equalissima regio est, quod idem & de hominibus ipsis est intelligendū. Siquis enim recte consideret, uidebit quorūdam naturā, montanis, syluosis ac asperis locis similem esse, aliorum uero aquosa ac exilia loca referre: sicut quidam pratorū ac paludum naturā præ se ferunt, atq; alij quorum planitiebus nudisq; ac siccis terris constitutio similis existit. Tempora enim quæ formarum naturam uariant, sunt diuersa: cum ergo inter sese sint maxime diuersa, uarias & multiplices formas producunt. Porro quæ parum inter se differunt gentes relinquam, Quæ autem plurimum non natura solum, sed & legibus discrepant, de illis referā quomodo habeant. Ac primū omnium de Macrocephalis, cum nulla omnino alia gens sit, quæ similia capita habeat. A principio quidem consuetudo in causa fuit, ut tam longis capitibus essent. Nunc autem natura ipsa cum consuetudine conspirauit, Siquidem generosissimum apud eos putatur caput habere quammaxime longum: cōsuetudinis autem hoc initium fuit. Cum recens infans natus est, caput eius adhuc tenerum ac molle existens quàmcelerrime constringunt manibus, coaptantesq; cogunt in longitudinē augeri, quin & uinculis

connectunt

connectunt, ac aptis instrumentis colligant, quo rotunditas capitis prohibeatur, ac longitudo augeatur. Ea consuetudo tantum effecit ut eiusmodi natura capitum existeret. Temporis uero progressu natura quoque tales produxit, ut non esset necesse consuetudine priore cogere. Cum enim semen genitale ab omnibus corporis membris procedat, à sanis quidem sanum, à morbidis morbosum, fiatque ut ex caluis calui gignantur, ex caësis caësi, & ut plurimum distortus distortum generet, eademque ratio sit circa reliquas formas, quid prohiberet ut non ex Macrocephalis Macrocephali gigneretur? Nunc autem non nascuntur ita magnis capitibus quemadmodum prius, cum consuetudo non amplius daret, per incuriam hominum intercepta. Et de his quidem hæc sufficiant. De illis autem qui Phasim accolunt adijciam. Regio eorum palustris est, calida, aquosa & densa: imbresque in eam decidunt omnibus temporibus & magni & impetuosissimi. Homines uero ipsi uitam agunt in paludibus: domosque ligneas & ex arundinibus in ipsis aquis habent extructas: neque multum inde prodeunt, ut adeant uel emporia uel urbes. Verum nauiculis ex uno ligno fabrefactis permeant sursum ac deorsum: habent enim fossas ac ductus aquarum plurimos. Bibunt autem aquas calidas & stagnantes, quæ & à sole sunt putrefactæ, & ab imbrum casu auctæ. Ipseque fluuius Phasis omnium fluuiorum stagnantissimus est, & qui lentissimo cursu profluit. Fructus autem qui illic nascuntur omnes insalubres sunt, cuitati imperfectique præ multitudine aquarum, neque unquam maturescunt. Atque cum multus aer cum aquis regionem occupet, ob hanc ipsam causam, quæ ad formam adinet, Phasiani sunt à reliquis hominibus longe diuersi. Sunt enim magnitudine ingenti, ac corpulentia ualde excellenti, neque iuncturæ eorum ullæ, neque uenæ cõparent, pallidumque præ se ferunt semper colorem, quemadmodum qui regio sunt obnoxij morbo: loquuntur autem ut si qui alij omnium hominum grauissime, nimirum acre utentes non fereno, sed obscuro, & maxime humectato: sunt insuper ad laborem à natura ipsa segniores. Annique tempora non uarias habent, neque æstus, neque ad frigus permutationes. Venti autem eis sunt plurimi Austrini omnes, præter unum eius regionis proprium & indigenam, qui aliquando uiolentior ac molestior calidus existens spirat, quem Cenchrone patrio uocabulo adpellant. Verum Boreas non ualde ad eos pertransit, quæ si aliquando spiret, debilis tamen existit ac ualde lenis. De natura ergo ac diuersitate & forma eorum qui Asiam & Europam incolunt, ita habet. Quod autem timidiore, effœminatiores, ac imbelles præ Europæis Asiani existant, moribusque mansuetiores, tempora ipsa anni in causa sunt, quæ non magnas permutationes faciunt, neque caloris, neque frigoris, sed semper æqualia permanet, unde neque mentes stupore percelluntur, neque corpora fortè transmutationem incurrunt. A quibus uerisimile est iram exasperari, cognitionemque & calorem amplius excitari, quæ si semper in eodem statu quis persistat. Mutationes enim sunt quæ hominis mentem semper excitant, neque sinunt quiescere. Propter quas sane causas imbelles uniuersum Asianorum genus existit, atque adhuc amplius propter leges. Multo maxima enim Asiæ pars sub Regibus est. Vbi autem non in sua potestate uiuunt homines, neque sui iuris sunt, sed dominis subiecti, ibi non multum curiosi sunt quomodo se ad bellum adparent, immo magis hoc curant, ut ne bellicosi uideantur. Pericula enim eis non æqualia instant. Nam hi in militiam proficisci, laboresque perferre, ac mortem oppetere pro dominis suis coguntur, relictis interim domi liberis, uxoribus, ac reliquis amicis: atque siquidem uiriliter & feliciter bellum gesserint, dominis inde commoda accedunt, eorumque facultates inde augentur. Verum ipsis præter pericula & cædes, nihil demetur. Proinde neque horum hominum regionem frequenter habitam esse necesse est, Immo eam propter incertam bellicam ac ocium à plerisque relinquunt. Ut enim quisque maxime à natura uirilis & magnanimus est, ita plurimum eius animus leges auersatur: cuius rei magnum indicium uel inde habere licet, quod quicumque in Asia Græci itemque Barbari dominis non subsunt, sed iure suo degunt, sibi ipsisque omnibus labores lucrifaciunt, illi bellicosissimi omnium existunt. Periclitantur enim ipsi sibi, uirilitatisque præmia ipsi reportant, sicut timiditatis ac ignauiae pœnam luunt pariter. Inuenias autem & Asianos ipsos inter se plurimum differentes, generosiores alios, alios degeneres, quorum omnium causa ad temporum mutationes est referenda, quemadmodum & in præcedentibus dixi. Atque sic quid habet in Asia. In Europa uero genus hominum est Scythicum, circa paludem habitans Maotim, quod à reliquis gentibus maxime differt. Sauromate appellatur. Horum foeminae equites sunt, arcubus utuntur, ac sagittas iaculantur ex equis, cum hostibus cõgredientes, dum uirgines existunt, neque deuirginantur prius, quæ hostium tres cõfecerint, neque prius maritis cobabitant, quæ sacra deo patrio more fecerint. Quod si qua

sibi uirum acceperit, ab equitatu libera est, nisi necessitas cogat cōmuni expeditione omnes exarmari. Dexteram autē mammam non habēt. Nam puellis adhuc infantibus matres aëreo instrumento in hunc usum parato, igne q̄q; candefacto eam auferunt, ac exurunt, ne iterū succrescere contingat, atq; ut omnis uis ac robur in dextrū humerū & brachium deferatur. Cæterū reliqui Scythæ, quod ad formā adtinet, ipsi sibi similes sunt, alijs dissimiles. Sicut quoq; Aegyptij ipsi inter se, præterquā quod hi à uehemēti calore, illi ab intēso frigore sunt compressi. Verum solitudo quæ Scythica dicitur, in planicie sita est, pratis abundās, sublimis & mediocriter aquosa. Sūt enim fluij in ea magni, in quos aqua ex campis per riuos deducitur. In hac itaq; Scythæ degunt, qui Nomades uocātur, propterea quod nullas habeant domos, sed in curribus habitant, Sunt autē currus ex quibus minimi quatuor rotis, reliqui sex circumaguntur. Sunt etiā luto obturati ac instar domorū fabrefacti, aliqui simplici, aliqui etiā triplici tabulato. Vnde robur illis inest aduersus omnes iniurias aquarū, niuis ac uentorum propellendas. Trahunt currus aliquos quidē boum paria duo, aliquos tria, atq; hi cornibus carent, cum præ frigore regionis cornua eis non enascātur. In his itaq; curribus degunt mulieres. In equis autē uehuntur uiri. Sequuntur autē simul oues, boues & equi. Tandiu deinde in uno subsistunt loco, dum sufficit ipsis pecoribus pabulum, quo deficiente in aliam regionē commigrant. Vescuntur autē ipsi carnis, bus coctis, bibuntq; lac equinum, comedunt etiā hippacen, id autē est caseus equinus. Hactenus ergo de uictu & moribus diximus, temporibusq; anni ac formis, quæ à reliquis hominib; longissime sunt Scythiæ genti diuersæ. Ipsa enim sibi inter se gens similis existit, quemadmodū & gens Aegyptiorum. Minime autē fecunda ea gens est, regioq; ipsa minimas feras enutrit, neq; numero, neq; specie insignes. Sub ipsis enim Vrsis Rhiphæisq; montibus sita est, unde Boreas spirat, Solq; ipse suo premo æstiuo solstitio deficiens proxime accedit, ac tum quidē exiguo tempore calefacit. Neq; uero uenti à calidis locis spirantes ualde ad eam regionem penetrant, nisi parumper & debiles. Verum ab Vrsis uenti procedētes sunt illic perpetui frigidi, à niuib; glacie, imbribusq; condensati. Qui nunquā à montibus decedūt, ut propterea etiā inhabitabiles fiant. Aerq; ipse totū ferē diē nubilus campos occupat. Ipsi uero in humidis locis degunt. Et ferē perpetua est ipsis hyems, æstas autem paucissimis diebus, atq; illis non ualde multa. Sunt enim planicies eminētiore, & nudæ, neq; ullis montibus circumseptæ, sed ferē sub ipsis Vrsis accliuēs. Neq; ferē nascuntur illic magnæ, sed quales possibile est sub ipsa terra contegi. Prohibet enim hyems & nuditas terræ, quæ & diuerticulis & umbraculis caret, propter temporū anni mutationes, neq; multas neq; fortes, sed similes semper, uel parum admodum diuariantes, unde & formas corporū inter se similes habent, cum eodē utantur uictu & amictu, æstatis & hyemis tempore, attrahuntq; aerem aquosum, condensatum, aquā insuper bibentes à niuib; & glacie resolutā, nullo etiā corporis exercitio accedēte, cum nō uerisimile sit corpus aut animum ullis exercitationibus apta fieri, ubi non mutationes temporū fiunt fortes. Propter quas causas formæ eorum sunt crassæ & carnosæ. Iuncturæ uero humectæ & inefficaces: uentriculicq; humidi omnes, maxime omniū tamen inferior aluus. Nequit enim ipsa exsiccari in eiusmodi cum regionis, tum naturæ & temporis cōstitutione. Sed pinguedine & nuditate carnis formæ inuicem sunt similes, masculorū masculis, & foeminarū foemellis. Tempora enim cum sint inter se similia, nullas corruptiones, neq; malignitates inferunt in feminis genitalis mīsturam ac compactionē, nisi quiddam aliud fortuito uel casu cōtingat, aut à morbo. Magnū autem argumentū humiditatis corporum Scytharū hoc exhibebo. Multos enim ipsorū, præcipue qui Nomades sunt, reperias exustos humeros ac brachia habētes manuumq; iuncturas, pectora, coxas, & lumbos, nullam sanē aliā ob causam, nisi ob humoris & molliciei naturæ detractionē. Nam neq; arcus intendere, neq; telum torquere possunt præ impotētiā humiditatis humerorū: cum autē uruntur, humor ipse à iuncturis exoluitur, fiuntq; corpora ipsorū ualidiora, melius nutriuntur, & magis redduntur articularū usu potentia. Fluida uero sunt ac lata, primū propterea q̄ fascijs non colligantur, quemadmodū fieri solet in Aegypto. Deinde q̄ nō adfuescunt ad equitationē, quod equorum infessores fiant. Postremum etiā propter desidīa perpetuam. Masculi enim eorum antequā potentes fiant equos conscēdere, atq; in illis uehi, plurimum temporis desident in curribus, raroq; prodeunt ut inambulent, propter exilia ac perpetuas circulationes. Muliebrium autem corporum formæ ad miraculum usq; fluxæ existunt. Porrò Scytharum gens fului ualde coloris existit propter frigus ingens. Non enim uehemens accedit ad eos sol, à frigore uero albedo exuritur

exuritur & fit fulua. Neque uero possibile est fœcundam esse eorum naturam, cum uiri minime cupidi sint cum fœminis commisceri, ob nimiam corporis liquiditatem, uentrisq; molliem ac frigiditatem, quæ causæ adparent minime uiros ad coitum incitari. Accedit his lassitudo ex continua equitatione cōtracta, quæ eos ad cōmissionem reddit impotentiores, atq; hæ sunt causæ cur uiri infœcundiores putentur. Mulieres autem pinguedo carnis & humiditas steriles facit, præ quibus uteri earum genitale semen nequeunt continere. Lunares nanque purgationes eis non eueniunt quemadmodum est necesse, sed minus & intēpestiue. Ipsumq; amplius uteri os præ pinguedine cōcluditur, ut nequeat semen suscipere. Sunt enī ociosæ, & pingues, uentresq; earum frigidi & molles. Vnde necessario sequitur non multum fœcundam Scytharum gentem esse, cuius rei ancillæ eius gētis indicium exhibēt. Nam hæ uiris misceri plurimum gaudent, in uteroq; conceptum continent, propter corporis exercitium in frequens, carnisq; gracilitatē. Amplius aut plurimi Scythæ eunuchi sunt, & muliebria officia ob eū, in starq; fœminarū omnia faciunt, & loquuntur, uocanturq; hi effœminati. Et regionis quidem incolæ causam ad deum referunt, coluntq; hos ipsos homines & adorant, sibi ipsi timentes nequid tale accidat. Mihi uero hi affectus diuini quidem esse uidentur, sicut & reliqui omnes, neque ullum aliquem alio esse diuiniorē aut humaniorē, sed diuinos omnes, uerum unus quisq; eorum suam propriam habet naturam, neq; aliquis citra naturam accedit. Quare quō hic affectus cōtingat, ut mihi uidere uideor, narrabo. Ab equitatione ipsa diuturni eos corripunt dolores: nimirū propendentibus semper ex equis eorum cruribus. Deinde claudi fiunt, cōtrahunturq; uertebræ cum inualuerit morbus. Medicantur aut sibi ipsis hoc modo, A principio morbi utranq; uenā retro aures incidunt, quo facto sanguine multo promanante, somnus eos corripit præ imbecillitate, sicq; obdormiscunt: quorū quidem aliqui depulso somno sani exurgunt, aliqui uero minime. Atq; mihi sanè uidentur ea medicatione se ipsos perdere. Veni enim retro aures sunt, quas si quis secet, sterilitatē inferat his quibus secantur: quare id etiā ipsis ex earum incisione accidere certū est. Quando igitur postea uxores adeunt, impotentesq; se factos uident cum illis coire, primū quidem nihil molestius cogitantes quiescunt, cum aut bis aut ter, aut amplius frustra opus tentarunt, neq; quicquā proficiunt, mox putant se deum offendisse, in quem culpā reijciunt. Induuntq; se ueste muliebri, palām se euiratos esse confitentes, ad mulierūq; contubernia transeunt, earum opera tractantes. Hoc itaq; malo ditissimi Scytharum afficiuntur, minime uero infimi. Immo qui maxime & genere & potentia præualent, ex nulla aliā quā cōtinuæ equitationis causa, hoc perpetiuntur. Pauperes uero minus, cum non multū equitent. Vnde si hæ affectio alijs diuinior censenda esset, nō nobilissimis, non ditissimis Scytharū ferē solis accideret: sed esset omnibus æqualiter peculiaris. Immo magis inuaderet pauperes circa cultum deorum negligētiore, si saltem gaudent dii in hominū admiratione constitui, & pro hoc beneficia hominibus retribuunt. Diuites enī sapius dijs sacra faciunt, uictimas offerunt, coluntq; cum pecunijs abundēt: pauperes autem minus id faciunt, cū non habeant. Quinetiā aliquando deos detestantur, qui eis opes non suppeditent, ut uerisimilius esset, pauperes ac parū abundantes hoc malo propter crimina sua puniri, quā diuites & qui opibus abundant. Verum sicut & prius dixi, diuinus quidē hic affectus est, secundumq; naturam accedit similiter ut alij omnes, neq; alia eius causa quā ea quam dixi, Scythis existit. Simili autē modo & reliquis hominibus euenit. Vbi enim frequenter & cōtinuē homines equitant: ibi plurimū à diuturnis doloribus uertebrarum maxime & pedū corripuntur, ad coitūq; fiunt impotentes, quæ omnia mala Scytharum genti adsunt. Atque propterea Scythæ omnium hominum minime sunt ad coitum ualentes. Et quod humoris detractiones ex perustione cauteriorum semper habent, & plurimum temporis in equis desides degunt, ut neq; manu tractare pudenda liceat, atq; præ frigore & dolore, uoluptatis ac iucunditatis cocundi obliuiscantur, neq; prius aliud sibi faciendū putent, q̃ ut euirati fiant. Hactenus ergo de Scytharū gente recensui. Reliquum aut in Europa hominū genus ualde inter se dissimile est & diuersum, tum quod ad magnitudinē attinet, tum quod ad formā, atq; id propter temporum mutationes contingit apud eos magnas & frequentes. Sunt enim eis calores uehementes, & hyemes fortes, pluuiæ multæ, rursumq; siccitas diutina, & uenti plurimi, ex quibus multæ & omnimodæ fiunt trāsmutationes. Neq; à uero discrepat circa generationem has ipsas mutationes sentiri, inq; feminis genitalis coactione aliam, neq; ex eodem etiā eandem, ætatis pariter ut hyemis, pluuioso ut sicco tempore, progigni. Ea q; causa est, cur putem Europæos magis q̃ Asianos

secundum corporum formas inter se discrepare, & magnitudines diuersissimas in singulis adeo urbibus prouenire. Plures enim corruptiones contingunt in seminis coactione, cum tempora frequenter uariant, quàm si eadem sunt & similia. Eadem aut morum ratio in utrisque existit. Feritas, integritas, & audacia à natura Europæis innascitur. Frequentes enim mentis perpulsiões feritatem inducunt, mansuetudinem contra & benignitatem extirpant. Quare etiam magnanimos magis eos qui Europam incolunt Asianis iudico. Siquidem similitudo & æqualitas segnitiam parit. Mutatio autem & animi & corpus ad exercitationem excitat. Augetur itaque à desidia & ocio timiditas. Ab exercitio uero & laboribus crescit uirilitas. Vnde bellicosiores quoque Europæi extant, non ob hanc solum causam, sed & propter leges. Non enim regibus obediunt quæadmodum Asiani. Vbi enim sub regibus uiuitur, ibi necesse est homines timidissimos esse, quemadmodum & supra ostendi. Seruitute namque animi eorum pressi non libenter, neque uolentes temere pro alijs se periculis exponunt. Europæi autem suo iure uiuentes, cum pro seipsis pericula belli subeant, magna cupiditate feruntur, uolentesque ac alacres difficultates omnes adgrediuntur, ipsique sibi ex re bene gesta præmia reportant, ut certum sit leges plurimum ad magnanimitatem conferre. Tota itaque & uniuersa res de Europa & Asia sicut retuli, habet. Cæterum Europa ipsa adhuc habet gentes inuicem differentes, non magnitudine & forma solum, sed & magnanimitate. Quæ uero in eis hanc diuersitatem faciant, in præcedentibus dixi, dicamque amplius, magis manifeste. Quicumque regionem montanam, asperam, nudam, & aquosam incolunt, his mutationes temporum contingunt magnæ & diuersæ, unde & hominum formas magnas progigni conuenit, qui & ad laborem & ad uiriliter agendum à natura præstent, quibusque feritas & immanitas non mediocriter à natura sint congenita. Qui uero loca concaua, pratensia, & æstuosa habitant, uentosque calidos plus sentiunt quam frigidos, & aquis utuntur calidis, hi magni quidem esse non possunt, neque bene compositi & longi, sed in amplitudinem à natura producti carnosius sunt, & capillis nigris. Imò & ipsi toti nigri magis quam albi, & qui minus de pituita habeant quam de bile. Virilitas autem & tolerantia laboris non æque ipsis à natura inest, nisi consuetudo accedat, & hæc in eis efficiat. Quod si flumina extiterint in ea regione, quæ stagnantes & pluuias aquas euehant, homines ipsi incolumes ac splendidi uiuent. Si uero flumina desint, aquasque puteorum stagnantes & olentes bibant, necesse est ab illis ipsis aquis & uentrem lædi & splenem. Quicumque autem altam habitant regionem, planam, uentis expositam, & aquosam, eorum formæ magnæ, ac inuicem similes, & erectæ. Animi quoque eorum existunt mansuetiores. Qui uero macra, aquis carentia, & nuda loca tenent, & quæ temporum mutationibus non sunt permixta, horum constitutiones necesse est esse asperas, & intentas, flauas magis quam nigras, mores etiam eorum rigidi sunt, pertinaces, & contumaces. Vbi enim mutationes temporum contingunt frequentes, & plurimum inter se diuersæ, ibi & formas, & mores, & naturas reperias plurimum differentes. Temporum itaque uarietates potissimæ sunt quæ naturam ipsam permutant. Deinde etiam regio in qua multæ uariationes sunt. Postremum autem aquæ. Inuenias enim ferè semper & formas hominum & mores regionis naturæ compares. Nam ubi terra crassa est, & mollis, & aquosa, aquæ autem ualde sublimes, ita ut æstate calidæ sint, & hyeme frigidæ, & temporum ratio aliàs probe conueniat, ibi & homines carnosius, articulis non adparentibus, humidi, laboris intolerantes, & ut plurimum maligni nascuntur. Segnitiesque & somnolentia eis inest multa. Suntque ad artes tractandas crassi, non acres aut subtiles. Vbi autem regio est nuda, natura munita, & aspera, quæque & à frigore hyberno prematur, & à sole æstiuo exuratur, ibi duros, & graciles, & articulis probe distinctis, intentosque, & hirsutos reperias homines, & in quibus à natura laboris tolerantia, & uigilantia inest. Quicquid mores habeant pertinaces, ad iram procliuēs, & contumaces, magisque feritate participantes quam mansuetudine. Insuper ad artes etiam acutiores & plus solertes, & ad res bellicas gerendas aptiores. Quin & omnia quæ à terra proueniunt, terræ ipsius naturam respiciunt & sequuntur. Atque hæcenus quidem maxime contrarias corporum naturas & formas diximus, à quibus coniectura facta, si quoque reliqua consideraueris, nunquam à uero aberrabis.

F I N I S.

CL. GALENI DE ALIMEN- TORVM FACVLTATIBVS LIBER

PRIMVS. MARTINO GREGORIO
INTERPRETE.

I

2

D

E facultatibus quæ alimentis insunt, plerique præstantissimorum medicorum, præcipuo studio in eam speculationem conuersi conscripserunt, quod omnium quæ sunt in medicina, ea prope modum sit utilissima. Nam alijs præsidij non omni tempore utimur: sine alimento autem ne uiuere quidem, neque secunda neque aduersa ualetudine possimus. Merito igitur præstantissimorum medicorum plurimi, facultates, quæ ei insunt, diligenter magnoque studio peruestigarunt. Inter quos alij sola experientia nobis innotescere contenderunt: alij rationem quoque unam placuit adiungi: alij denique uel primas ipsi tribuerunt. Quod si ut inter Geometras & Arithmeticos, ita inter eos qui de alimentis scripserunt, omnino conuenisset, nihil nunc oporteret nos denuo hanc de ipsorum post totac tales uiros scribendi molestiam subire: Verum cum mutuis dissensionibus suspectos sese reddiderint (feri enim nequit, ut omnes uera dixerint) quæ ab illis sunt tradita, à seueris iudicibus examinari est necesse, iniquum enim fuerit, uni præ alijs absque demonstratione fidem adhibere. Porro cum demonstrationum duo genere sint principia (aut enim à sensu, aut à notione euidenti demonstrationis omnis ac fides proficitur) nosque ad præsentis cõmentationis conscriptionem necesse est, aut altero horum, aut utroque uti, ratione autem res iudicare non omnibus itidem sit promptum (nam & natura sagaces esse oportet, & à puero ingenium in mathematicis disciplinis excoluisse atque exercuisse) fatius esse duximus ab experientia auspicari, eoque maxime, quod bona pars medicorum hac sola alimentorum facultates inuentas esse pronunciarint. Nam empiricos, qui omne studium operamque eò conferunt, ut quæ ratione sunt inuenta ambiciosius contentionibus oppugnet, fortasse quis cõtempserit: uerum Diocle quid facias, qui (tamen si professio ne est dogmaticus) hæc ad Plutarchum in primo de sanitate libro scripta reliquit: Qui omnia sapore eodem, odore, calore, aut alio id genus prædita, uires easdem obtinere existimant, haud recte opinantur: nam multa ostendere possim inter se pugnare, etiam si, quod ad prædicta attinet, inter se conueniant. Non enim siquid alium, aut urinam mouet, aut aliam quolibet habet facultatem, ideo tale esse quodque est putandum, quod uel calidum sit, uel frigidum, uel falsum: quandoquidem non dulcia omnia, aut acris, aut falsa, aut cetera id genus easdem habent facultates: sed si quis actionis cuiusque ipsorum causam totam naturam reuerterit acceptam, is minime à ueritate aberrabit. Qui uero singulorum causas, cur uidelicet nutrant, aut alium, aut urinam ciant, uel aliud

Galen

quidpiam eiusmodi præstent, reddendas autumant, ignorare uident, primum quod hæc inquirere, haud frequenter ad usus sit necesse: deinde, quod multa sint in rerum natura, quæ principijs quibusdam sunt similia, ut nullam causam rationem admittant. Ad hæc, nonnunquam allucinantur, cum incognita, & controuersa, neque admodum uerisimilia sumendo, abunde causam ipsam credunt se assignasse. Quocirca neque ipsi qui causas eiusmodi afferunt, neque ipsi qui de omnibus causam putant esse reddendam, est attendendum: sed potius ipsi, quæ diuturna experientia fuerunt explorata, credendum. Quorum autem possumus, causa est inquirenda, quando quid de ipsis dicimus, sic speramus fore notum magis ac credibile. Hæc sunt Dioclis uerba, sola experientia alimentorum facultates nobis notas esse arbitrantis, non ex indicationibus, quæ cum à temperamento, tum à saporibus sumuntur. Cum autem in partibus plantarum alia adhuc inesse indicatio, eius non meminit. Dico autem partibus plantarum indicationem inesse, quæ præter alias Mnesitheus est usus. In plantis enim alias quidem radicibus, alias caulibus facultates inesse ostendens: quemadmodum certe & folijs, & fructibus, et seminibus alias. Quod uero experientia ut alia plerique, ita & qui cibi facile, aut secus concoquantur, quæque stomachum uiuent, aut offendat, denique quæ aluum laxent, irritent, aut sistant, nos doceat, nemo est, cui uel tantillum est mentis, qui ignoret. Cæterum in ipsis ipsi plerique falluntur, qui citra limitationem faciunt de rebus periculum: ut in commentarijs de simplicium pharmacorum facultate, atque in tertio de temperamentis demonstrauimus. Nec sane qui utrobique committuntur errores, multum inter se sunt dissimiles. Quapropter hoc quoque loco ad uiuendum, uti illic, limitationes scribere, quibus quis intentus singulorum facultates citra errorem possit deprehendere, haudquaquam mei est instituti, qui semel duntaxat de quaque re scribere soleam, non eadem in multis cõmentarijs de ipsisdem passim inculcare. Ut tamen usitatum mihi morem ne nunc quidem prætermittam, summas tantummodo limitationum, idque ea breuitate, quam orationis perspicuitas patietur, sum complexurus. Incipiam autem ab eo quod omnibus est in ore, quodque Erasistratus minus recte scripsit, melicratum uidelicet aluum non cuius subducere, neque lentem cohibere, sed quosdam esse, qui præterquam quod neutrum experiuntur, in contraria etiam incidunt: sistatur qui dem eis aluus à melicrato, laxetur autem à lente: præterea quosdam inueniri, qui bubulam minori negotio, quam pisces saxatiles conficiant. Equidem ab istis semper soleo sciscitari (nam à postremis exordiar) quodnam his symptoma accadat, quo iudicent se saxatiles pisces non coxisse, utrumne pondus

† Antiquus et
Aldus legunt,
λελόν, nos
λελόν.

† Ant. legit,
ἐκ ὀλίγοι.

Tom. 2

a

dūs

3
 dus quoddā in uentriculo, ut instar plumbi, aut la-
 pidis, aut luti quiddam incūbere iplis uideat (hoc
 nempe modo quiddā, quem ex huiusmodi crudi-
 tatibus sensum percipiunt, interpretant) an mor-
 dicationem quandā manifesto in ipso, an flatū, an
 ructū grauem sentiant. Tum alij nidorulentū ma-
 gis sibi ructum accidere; alij, mordicationē; non-
 nulli utrunq; responderunt. Horum igitur corpo-
 ris habitū diligenter cōtemplatus, deprehendi, bi-
 lis flaua copā in uentriculo, uel ob prauā quam-
 piam temperiē, uel propter peculiare constructio-
 nem esse acruatam. Peculiarem autē dico constru-
 ctionem, quoniam hominibus quibusdā bilis ex ie-
 core in intestina defluens, in uentriculum regurgi-
 tat: Prauā uero temperiē, cum calor natura iplis
 inest acris ac mordax, & (ut sic dicam) febriculo-
 sus. Proinde par est, ut isti cibos corruptu diffici-
 les melius q̄ faciles coquāt. Quādo, quē facile co-
 quuntur, facile item alterantur, ac corrumpuntur;
 contrā, quae cōcoctū sunt difficilia, non facile quo-
 que, tum alterantur, tum corrumpuntur. Hāc cer-
 te si in multū calorem inciderint, coquuntur ma-
 gis, q̄ si moderato occurrerint. Atq; hac profecto
 ratione accidit, ut nonnulli bubulam facilius, q̄ pi-
 sces saxatiles conficiant. Lens autē quibusdā alu-
 um mouet magis, q̄ inhibeat, nō alia ratione, q̄
 ut in cōmentarijs quos de simplicium pharmaco-
 rum facultate conscripsimus, demonstrauimus.
 Quemadmodū enim ex ijs quae à nobis preparan-
 tur, nonnulla quae facultatem ac substantiā habent
 contrariā, cōponuntur: ita & natura ipsa, permul-
 ta quae sensui simplicia apparent, cōmiscuit; quod
 in pleriq; alimentis cōperias. Etenim non lens so-
 la, sed & brassica, atq; adeo marina propemodum
 omnia, quibus testa pro cute est, quae Graeci *ὀστέα*
νόστέα appellant, composita ex pugnantibus fa-
 cultatibus naturam sunt sortita. Nam solidum cu-
 iusq; corpus tarde permeat, aluumq; sistit: humor
 uero, stimulat ad excretionē. Huius porro rei ex
 coctione manifesta sumitur demonstratio: cū aqua
 in qua dictorū quodq; fuerit decoctū, aluum sub-
 ducat: ipsa uero corpora, inhibeat. Hinc nonnullos
 audias, qui dicant: Si brassicā leuiter cōctā, & uni-
 uersim ac repente ex lebe in uas aliquod, in quo
 sit oleū ac garum, trāsfulam, ante alios cibos sum-
 pseris, aluum subducat. Alios autē uideas brassicā,
 quae Græcis *δίσεπθιθος*, id est, bis cocta nuncupa-
 tur, ad uentris cohibitionem hoc modo adparare:
 cum ipsam aquae prius incoxerint, aquā quidem
 totam ex lebe effundūt, aliam autē adfundunt pu-
 ram & calidam, in qua rursus brassicā secundo co-
 quunt: ut siquid proprii succi post priorem deco-
 ctionem habuit reliquū, in hac penitus deponat.
 Omnibus enim, quae in humore coquunt, usu ue-
 nit, ut quiddam ab eius facultate in se deriuent, ac
 de sua uicissim portionē aliquam ipsi impartiant.
 Id quod in ijs, quae in iure aliquo elixamus, siue le-
 gumen, siue animatis pars, siue olus id fuerit, quo-
 tidie tibi licet discere. Res namq; elixa, tam gustu,
 q̄ olfactu, ipsius iuris: ipsum autē ius, rei, quae in se

4
 est elixa, qualitātē ac facultatem repraesentat. To-
 tius porro, qui nunc nobis est propositus, sermo-
 nis ueritatē poteris sic explorare: Lentē, aut brassi-
 cam, aut aliquot marinorū memoratorum anima-
 lium decoquito: postea decoctū oleo, garo, pipere
 req; conditū, cui libuerit propinato, idem facito in
 brassica bis cocta. Videbis enim potione quidem, *† Pro disti-*
 aluū dilui: solidi autē corporis esu, constipari. Qua- *uoues legem*
 re nō est quod miremur, si ab huiusmodi cibis, *dū forte disti-*
 quādo cum ipsorū succo solidum corpus sumptū *bi disti-*
 fuerit, tormina interdū & inflationes oriantur. Pu- *oleo, &c. per*
 gna enim quaedam inter utrunq; sit, cum solidum *colaris, aut*
 quidē corpus hāreat subinde, ac tardet: succus au- *disti-*
 tem ad excretionem properet. Quo casu si quod
 mordicat, excretū fuerit, cessat symptoma: sin mo-
 retur, uentrem torminibus ac flatibus infestari est
 necesse: quibus sola pugnantiū excretio finem im-
 ponet. At cum nonnullis uenter ad egerendū [na-
 tura] sit propēsus: alij autē est siccus, & ad egeren-
 dum difficilis, utriq; pro sua natura symptomatis,
 quae ab huiusmodi cibis sunt, afficiētur: cum uen-
 ter alius succi, alius solidi corporis facultati opitu-
 letur. Duabus namq; contrarijs causis simul com-
 missis, unam superare, alterā succumbere alteri est
 necesse. Id ipsum autē propter uētris affectus quos-
 dā accidit, non natiuis quidē illos, sed aliquo tem-
 pore subortos. Nūc enim pituitosum in eo humo-
 rem, nunc biliosum acruari cōtingit. Atq; ipsius
 pituitosi, alius quidē est acidus, alius salus, alius
 dulcis, alius deniq; sensibilis qualitatis est expers.
 Rursum alius est liquidus, alius crassus, alius uisci-
 dus, alius dissipatu facilis. Ad hāc humoris bilio-
 si, alius est flauus, alius pallidus, in quorum utro-
 que maximū est pro maioris et minoris ratione di-
 scrimen: ut interim alias eius species praetermittā,
 quae in corporibus *† Pro disti-*
 guli igitur memorati humores, cū aut ad alui ex- *goplias le-*
 cretionem, aut eiusdem cohibitionē plurimū ha- *go disti-*
 beant momenti, postea q̄ integra ciborum memo- *plias ex Ca-*
 ratorum corpora cum suis succis in uentrem per- *labro*
 uenerint, ijs quidem quae eiusdem secum sunt fa-
 cultatis, ferunt suppetias: aduersantur autē ijs quae
 sunt cōtrariae. Antea quidē duas genere causas re-
 censueramus, propter quas, ijsdem sumptis cibis,
 diuersi in uentre effectus sequerent. Iam uero pre-
 ter naturalem constitutionē, & liquidas solidasq;
† Pro disti-
 id est, ciborum partes, tertia quoq;
 adinuenta est. nec uero siue *disti-*
 siue *disti-*
 siue *disti-*
 tum ijs nominibus, tum etiam ijs nihilominus, ci-
 bos *disti-*
 & *disti-*
 Hippocrates, in ope de morbis populariter gra-
 santibus scribens ad hunc modū: *disti-*
 id est, escas, ac potus experiri oportet, an aequae diu-
 morent. At rursus alio loco: Labor, *disti-*
 est, cibus, potus, somnus, uenus, omnia mediocria.
 De nominibus quidē certe (quod semper praedi-
 camus) nō oportet nos esse sollicitos, nec quo pa-
 cto quis iplis utat, laborare, cum ea praeterit om-
 nia Græcis sint usitata: sed rerum ipsarū scientiam
 conse-

confectari. Alimenta ergo citi tardius transiunt et se comperiuntur, alias ob naturalem nostram ab initio constitutionem, alias ob ventris dispositionem acquisitionem, nonnunquam ob peculiarem aliquam esculentorum ac poculentorum substantiam: quandoquidem ex iis, quaedam humida, quaedam sicca [durave] sunt: ceu alia viscida, alia friabilia, ac diuisu facilia: nonnulla denique acrimoniam in se habent, alia acorem, aut amarorem, aut dulcedinem, aut saluginem, aut austeritatem, aut acerbiteratem, aut alias, extra has, facultates medicamentosas eiusdem generis cum iis, quae purgantibus medicamentis insunt. Si quidem atriplex, blitum, malua, cucurbita, quia sunt lenta ac perhumida, alijs quae talia non sunt, celerius subsidunt: idque potissimum in iis, qui sumptis illis, in solo leniter obambulant. Lubricabunt enim si quis concutiat, promptius quod si quietus iaceat. Eodem in genere ponere quis possit, mora, dulcia, cerasia, & ex uinis quae dulcia simul sunt ac crassa. Pepones quoque, & quos melopepones uocant, quod humidi sint ac lentius, uentri subducendo sunt idonei, facultatemque mediocriter abstergerendi habent, & horum maxime pepones: quam facile, si sordidam aliquam partem his confricueris, perceperis: protinus namque cernes quicquid in ipsa est sordidum abstergi, ideoque inter ea quae urinam mouent, connumerant. Porro inter humida corpora & aquosa sunt, quae praecocia uocantur, & persica, & omnino quae cunctis nullam gustantibus ea aut olfacientibus, qualitate admodum representant. Quae, si quidem uenter ad deiciendum est propensus, non aegre subsidunt: sin minus, haerent & ipsa sublimia, nihil ad ipsam excretionem conferentia. Etenim huiusmodi ciborum materia medium quodammodo inter aluum si stentia & proritantia, locum sortita, exiguum quid in alteram partem affert momenti, si in uentrem incidat, nec ad excernendum ualde socordem, nec ad distributionem alacrem ac robustum. Interdum enim haec quoque aluum cohibent. Quin & melicratum, in quibus celeriter distribui occupat, nihil alio ad excretionem confert: quin immo cibis secum commixtis, ad distributionem praeparat. Quod si distribui celeriter non anteuerit, excretionem non secus ac flaua bilis, sua acrimonia ac mordacitate irritat. Hoc ergo cibiorum atque potionum genus duntaxat mordicatione sua uentris, partes ad expulsionem exscitat (perspicuum autem est quod etiam intestinorum substantiam nomine uentris complectimur: sic nempe uulgius *πρωτοσπυρς* & *μεγαλοσπυρς*, id est, uentre primario, & uentriculos appellat.) Alia autem sunt, quae uentrem subducunt, quod facultates in se medicamentosas habeant commixtas, similes ei, quae in scammonia, colocynthide, elleboro, & id genus alijs conspiciuntur. Horum enim substantia ex cibo & pharmaco est commista, ut si ipse in pituita cremorem succi scammonij paululum quid iniicias. Qui succus etiam si sensum quidem sic effugerit, sua tamen actione minime fallit, sed aluum palam subducet. Atque id est quod quibusdam Hippocrates dixisse uidetur, cum inquit, In cibo medicamentum.

Galen

Alij uero non sic modo, sed de illis quoque cibis intelligi posse dictum eius uoluerunt, qui neque alendi, neque purgandi animalis, ullam habent facultatem. Haec enim inquit, non modo ut alimenta, uerum etiam ut medicamenta saepenumero agere, cum manifeste nos calfaciant, refrigerent, siccent, aut humectent: ueluti dum horum nihil in hominis corpore efficiant, sed ipsum tantummodo alant, tum medicamenti rationem haudquaquam habere. Sunt autem sane paucissima id genus edulia. Quotquot uero ea fuerint, alimendi duntaxat rationem plane habent, corpus eius qui sumpsit, in qualitate non immutatum. Etenim quod refrigeratum est aut calfactum, humectatum, aut siccatum, secundum qualitatem est mutatum. Quod uero ex cibo ad molem dissipata substantia sarcientiam animal sibi assumpsit, ab illo duntaxat ut alimentum iuuatur. Quamobrem quae medij sunt temperamenti, nullaque uincenti qualitate sunt praedita, ea solum sunt alimenta, non etiam medicamenta: uentremque nec soluit, nec cohibet: stomacho nec robur, nec imbecillitatem inducunt: sicuti sudores urinam uero nec prouocant, nec coercunt: nec aliam quamuis dispositionem calidam, frigidam, humidam, aut siccam in animantis corpore ingenerant, sed quale animantis, quod nutritur, corpus assumpserant, tale prorsus conseruant. Verum hoc quoque loco limitatio quaedam est utilissima, quae ne ipsa quidem a Diocle est posita,† ut nec aliarum quouis, quas hactenus recensuimus. Si enim hominis corpus medij plane sit temperamenti, per alimenta medij temperamenti eo in statu seruabit. Verum si id frigidius, uel calidius, siccius, aut humidius fuerit, medij temperamenti cibum & potum perperam exhibueris. Quippe huiusmodi corpus, quatenus ab exacte media constitutione recessit, eatenus in diuersum statum traducatur est necesse: sicut autem id per praesentis distemperantiae contraria. Contraria autem pari intervallo in utraque oppositione a medio in utranque partem secedant oportet: ut si corpus tribus (uerbi gratia) numeris a temperata ac media constitutione ad calidiorum secesserit, totidem cibum quoque a medij temperamenti cibo ad frigidiorum secedere erit necesse: sin uero quatuor numeris ad humiditatem discesserit, totidem cibum mediocri sicciorum esse conueniet. Atque in eo certe permultos est inuenire, qui de iisdem cibis ex diametro pugnantia pronunciant. Nuper enim duo inter se concertabant, quorum alter salubre, alter insalubre mel esse affirmabat: uterque ex illo sibi a melle affectu coniectans: nondum illud intelligentes, quod omnes homines non unum ab initio habuerunt temperamentum: neque si habuissent, immutabile ipsum, aetatis cursu, aut in temporum anni ac locorum commutationibus, tueri potuissent: ut nunc mittam, quod iidem homines uitae institutis, ac uictus ratione, naturae corporis habitum immutant. Ne igitur longe abeam, coram qui de melle inter se disceptabant, alter quidem erat aetate senex, & natura pituitosior, uitaque ociosa, et cum ad alias omnes actiones, tum autem ad eas exercitationes, quae balneum praecedunt, ignauus. ob eamque causam, mel

† Calaber tam
men uertit, ut
nec ab alio quo
uis, quos mihi
adhuc perlege
re contigit.

Tom. 2

a 2

ci erat

ei erat utile. Alter uero, natura erat biliosus, & an
nos natus triginta, in quotidianisq; operibus mul
tum sese fatigabat. nō abs reigitur in co mel celeri
ter in bilem uertebat; eaq; ratione sibi erat nocen
tius. Noui autē & ipse quendā, qui de ore uentricu
li querebat; q; cum aceruata in eo pituita protuen
re, ex ipsius sermone cōiectassem, consuluissemq;
ut cū sinapi betam & porrū sumeret; eorū ope inci
sam pituitā, largiter per aluū excreuit, omnibusq;
symptomatibus est liberatus. Idem postea cū post
elūm ciborū acrium nō coxisset, mordicationēq;
in uentriculo sentiret, sumpto rursus cū beta sina
pi, nō modo à mordicatione non fuit leuatus, ue
rum etiā longe deterius habuit; tum protinus ad
miratus, quid esset, q; ab ijs, quæ ante summopere
iuiissent, nūc grauiter læderet, causam sciscitatur
i ad me accessit. Eos porrō, qui rei medicæ sunt
imperiti, in his falli nō est absurdū. Verū medicos,
q; pleraq; & eadē utilissima theoremata prætereūt
indistincta, quis ferat? Non enim ipsos simpliciter
pronunciare conuenit, pisces saxatiles p multis qui
dem cōcoctū esse faciles; nōnullos tamē reperiri,
qui bubulā facilius conficiāt; sed utrosq; distingue
re; quemadmodū de melle nō simpliciter pronun
ciare, sed simul adijcere quibusnā ætatibus, natu
ris, anni temporibus, regionibus, ac uitæ rationi
bus utile sit, aut noxiū; uerbi gratia, q; calidis et sic
eis sit aduersissimū; frigidis uero ac humidis utilis
simum, siue ea temperies eis sit naturalis, siue ac
cesserit propter ætatē, siue propter regionem, aut
anni tempus, aut uitæ cōditionem. Itaq; ad præsen
tem speculationē summe necessarium esse uidet,
hominū pariter ac ciborum tēperamenta conside
rasse. Porrō qualianā hominū sint temperamen
ta, & qua ratione ea dignoscere cōueniat, in com
mentarijs, quos de tēperamētis scripsimus, ceu uti
que & de medicamentorū tēperamētis, in ijs quæ
de illorū facultatib; prodidimus, abunde diximus;
in præsentia uero tempus exposcit, ut alimentorū
temperamenta exequamur ea methodo, qua in li
bro de uictus ratione sunt scripta, qui est, ut non
nullis placet, Hippocratis; ut alijs, Philistōis, aut
Aristionis, aut Euriphontis, aut Philite, omnium
antiquorū uirorum. Initū autē ipsius in nonnullis
quidem exemplaribus est: Ciborum omnium ac
potuum facultates, tum naturales, tum arte acci
tas sic dignoscere oportet. In alijs autem hoc: Lo
corum aut omnium situm ac naturā sic oportet di
gnoscere. Cum nāq; seorsum libellus ille circum
fertur, De ratione uictus inscribitur, estq; is secun
da pars, cum opus totū in partes tres sit diuisum.
Cū uero totus unicus & nō diuisus, ex tribus con
flatus inuenit, De natura humana & uictus ratio
ne inscribit. Secūda igit pars, in qua agit de cibis,
nō abs re sorte Hippocrate digna putabit; sed pri
ma quam plurimū ab Hippocratica sentētia rece
dit. Verū id quidem præter institutū, obiterq; sit di
ctum. Cuiuscunq; aut memoratorum uirorū fue
rit, omnē in cibis uictus rationem ad uiuersalem
quandā methodum uidet reuocare. Qui em̄ hor

deum coctū, natura frigidū & humidum esse didi
cerit, sciueritq; corporū temperamenta, tum natu
ralia, tū alicuius affectus occasione acquisita diju
dicare, is rite nō tantū sanis corporibus, uerum e
tiam ægrotantib; hordeum edendū exhibebit. Præ
terea & cataplasmatibus ex hordeacea farina per
cōmode utetur, qui & corporis, & hordei tempe
ramentū tenuerit. Nec uero satis fuerit principalis
simam ac primā cuiusq; cibi temperiem nouisse,
sed, ut in libris de medicamētis monstratū est, eas
quoq; quæ hæc sequunt [qualitates] callere opor
tet; quæ & ipsæ sunt utilissimæ, multæ quidem (si
nō omnes) in saporibus; quædam autē, etiā in odo
ribus. Quod enim unūquod ex tanto calido, frigi
do, humido, et sicco quodāmodo est temperatū, id
circo hoc dulce, illud amarū, falsum, acerbū, auste
rum, acrēue apparet. *ἐλνίον* autē, nihil aliud est, q;
ἐλνίον, id est, falsum; nā utraq; uoce res una de
claratur. Item acerbū & austerū cōmune genus est,
q; Græci *σφόρον*, nos adstringens appellamus. Cæ
terum in quarto libro de simplicium medicamentorū
facultate, de omni saporū genere copiosissime
differuimus. Quē certe librū necesse omnino est eū
perlegisse, qui ea quæ in præsentia à nobis discun
tur, est assecuturus; ut ne q; semel de ijs dicta sunt,
in hisce libris identidē repetere cogamur. Ergo ci
borum nōnulli quidē, quemadmodū haud ita pri
dem cōmemorauimus, siquis eos gustauerit, aut
olfecerit, nullā insignem ac manifestā qualitatem
præ se ferunt; quos sanē *ἀραιὸς* & *ὁμαρῶδης*, id
est, qualitatis expertes, & aquosos nominant: alij
aut manifestissimam habent astringentē, aut conge
nitā dulcedinē; aut acrimoniā, sicut nonnulli quo
que falsiores, aut amaritudinis quidpiam habere,
p̄spicue cernunt. Quare perspicuū est, cibos eius
modi eandem cum ijs medicamētis habere faculta
tem, quibus cū sapore cōueniunt. Cæterū in com
mentarijs de medicamentis, causam explicauimus,
quā obrem adstringentia quædā non eadem cum
alijs adstringentib; [in corporibus] agant, ut aloē,
æs uisum, atramentū sutorū, flos aris, squamæ,
& chalcitis. Etenim q; in quoq; illorū adstringen
ti facultati ac substantiæ, alia quæpiā sit admista,
euenit ut opera quæ sigillatim addūt, sint diuersa,
perinde ac si malo cydonio scāmōniā intus mi
scueris: quod utiq; interdū facimus, partes malī,
quæ circū semen sunt exculpentes, deinde cauita
tem scāmōnia implentes, deinde affigentes ac as
santes, atq; ita malū mandendū exhibētes. Quod
nanq; hunc in modū preparatū est, absq; stomachi
subuersione aluū subducit. Facultate nimirū pur
gatrice, quam malū ipsum à scāmōnia acquisiuit,
in ipso uincente, propria autē ipsius malī manente.
Alioquin nec iucundū, nec adstringens, nec stoma
cho esset utile. Ad eū igitur modū cibaria quæ
dam facultatē quampiā habent in seipsis admistā,
cui aut purgare, aut aliud quippiā agere sit natura
le. In quibus nō est dubitandū, quin saporū facul
tates actionē suam, quam à natura habent, efficiāt.
In quo enim qualitas inest adstringens, ipsā, quē
tum in

tum in seipsa est, uicina corpora cogit, cōstringit, ac refrigerat. Idem aut corpus nonnunq̃ alias sui partes calfacientes, alias refrigerantes habere potest, ut in libris de simpliciu pharmacorū facultatibus demonstrauimus: natura scilicet eas ita permiscere, ut medici quidā frigido cuiuspiā pyrethri, aut piper interdum cōmiscēt; hæc certe, ut diximus, in cōmentarijs de medicamentis copiosissime pertractata, his quæ nūc à me docent, sunt utilissima. Nā qui hæc antē didicerit, modū reperiet, quo cibos omnes sigillatim apparare queat. Nam nos quoq; *τὸ τριτοειδὲς*, id est, ex beta & lēte edulium nōnunquā damus: atq; ante nos Heraclides Tarentinus multis non tantū inculcata ualitudine fruentibus, uerū etiā malo aliquo affectis sæpe exhibebat. Prīmū ergo betarum copiam; deinde cūm cōditus, aut salis plusculum, aut dulcem guttum, ei inijcimus: sic nempe aluū magis subducit. Sin minus uis subducere, lentem excorticatā bis decoquito, aqua uidelicet priore effusa: dein salis, aut garī portunculā addita, aliquod eorū quæ aluum modice sistunt, inijcito, puta acetū, ea mensura, ut gustum non offendat. Ita enim pharmacū iucundissimum atq; utilissimū effeceris, & cibū non paucis corū, qui diuturna diarrhoea conficiantur. Porro dixi nō paucis, nō omnes cōplecti uolens. Nam hic quoq; limitationū est usus, per quas eorum qui diarrhoea iam pridē laborant, affectus inueniē. Omnino enim nullius rei uires experientia cōmode explorabis, nisi prius per rationem ad unguem cōpertum habueris affectū, cui applicatur quod exploras, siue id sit cibus, siue potus, siue medicamentū. Quippe affectuū cognitio, est materia remediū, non ipsorū remediū cognitio. At quoniā fieri nō potest, ut, nisi quis materiārū, quibus utimur, facultates exacte calleat, illarū ope egentib; succurrat, necesse est ut alibi de pharmacorū, ita hoc quoq; loco de alimentorū facultatibus differamus. Cognitio aut horum uix tandē longo tempore recta nobis accedit, quā consequimur cū ex certa definitaq; experientia, tum ex halitū saporumq; natura (quæ duo rebus, quas examinamus insunt) ad hæc, ex consistentia quā habent secundū lentorē, [aut friabilitatē,] aut laxitatē, & densitatem; aut leuitatē, & grauitatē. Hæc enim omnia ad ipsarū inuentionem adeo conferunt, ut cum in peregrinā regionē peruenieris, si quid esculēti nunquam prius tibi cōspectū offenderis, per multas sis occasiones atq; adiumenta ad eius facultatē pernoscedā habiturus. Cæterū quæ Mnesitheus de radicibus, caulibus, folijs, fructibus, seminibusq; prodidit, non certā ualde habent dignotionē, si experientia definita ipsa exploraris: quod ex ijs quæ sequuntur, fiet manifestū. Statui enim de cibis singulis seorsum pertractare. Quod si tractatus ipse longior erit, poterimus ipsum postea alio quodam minore libello perstringere, qui ijs qui artē callent utilis erit: quandoquidē exercitatio sola ac doctrina, quæ per diffusam enarrationē traditur, nos artifices reddit. Ideoq; nō inscite illud mihi uulgo di-

Galen.

ci uidetur, optimā esse doctrinā, quæ uiua uoce traditur. neq; em̄ quenuā ex libro nauclerū, aut alterius artis artificem euadere. Libri enim sunt ijs, qui ante eruditi fuerunt, monumenta, nō rudium & indoctorū doctrina perfecta. Quod si qui sint, qui præceptoribus careant, uelintq; ijs, quæ plane ac copiose sunt scripta (q̄ nobis scribendi mos est) diligenter incūbere, magnum ijs fructum capient, potissimū si ea relegere identidem non grauentur.

De tritico.

HAud iniuria medicorū plurimī præsentē doctrinā à tritico mihi uidentē auspicari: quando cum apud Græcos omnes, tum barbarorū plurimos, semen hoc & frequētissime & summa cum utilitate usurpatur. Inter tritica aut plurimū habent alimentū, quæ densa sunt, totaq; substantiam habent adeo compactam, ut dentibus uix diuidi queāt. Talia enim exigua mole, corpora plurimū nutriunt; quæ uero ijs sunt contraria, quæq; dentibus quidem facile frāguntur, fractaq; rara ac laxa apparent, magnā mole exiguū reddunt alimentū. Quod si utrorūq; parem modū pendere libuerit, quæ densa sunt, multo grauiora esse cōperies. Hæc autē sunt, colore etiā laxis flauiora. Explorare autem horū naturā non simpliciter oportet, superficiem externā duntaxat contemplando, sed diuidendo quoq; ut diximus, ac frangendo: multa enim quæ extrinsecus flaua ac densa fuerunt uisa, rara intus ac laxa albaq; apparuerunt. Quæ sanē furfuris habent plurimū: & si quis posteaquā molita sunt, tenuissima farina excussa, ex reliquo panes, quos *πυρράς*, id est, fursuraceos appellant, fecerit, parum quidē ipsos alere, uentrem uero multis excrēmentis implere experietur: ob eamq; causam facile etiā subidere. Præterea q̄ furfur nonnihil facultatis habet deterforiæ, merito intestinis irritatis celeris eorum fit deiectio. Iis aut contrarij quidē sunt panes purissimi, plurimum ponderis exigua mole habentes: omnium uero panum tardissime deijciuntur. Videbis sanē illorum massam admodum lentam, ita ut q̄ longissime indiuisa trahatur, quod corporis lentū est propriū. Merito igitur ijs quidē & fermento copiosiore indigent, omniumq; maxime subigere eos oportet: nec statim post fermentū & subactionem assare. Fursuraceis uero paucum fermentū, & lenis subactio, breuiq; interuallum sufficit. Pari modo qui puri sunt, assationem diuturniorem: fursuracei, breuiorem potestulāt. Porro nō pauca est inter purissimos, ac fortissimos, minoris maiorisq; ratione latitudo, cū alios quidem puros, alios sordidos & uocemus, et reuera sint. Est autem & alia panum species inter hos planē media, quos *ἀνέπυρος* appellant: medicī autem ueteres ipsos nominabant *στυλομύσος*. Cæterum quod hi fiant ex farina à fursure non separata, & fursure à pura farina non separato, omnibus id est perspicuum: illinc enim nomina ipsis indiderunt: *ἀνέπυρος* quidem, quod *ὅλος ἀνός ἀνέπυρος*, id est totum ipsum triticum, nulla sui parte adempta in panificium cedat: *στυλομύσος* autē

Tom. 2

à 3 tem

tem, q̄ ad ipsos conficiendos tota farina nusquam a fureure seiuñcta συζυγία, hoc est, comporetur. Verū & inter hos ipsos, qui ad unguem medij inter fufuraceos & q̄ purissimos panes esse uidentur, nō parua est pro tritici natura differentia. Siquidem ex denso ac graui tritico, prestantiores: ex laxo autē ac leui, panes sunt deteriores. Et apud Romanos quidem ut & apud alios propemodum omnes, quibus ipsi imperant, panis quidem purissimus σιγνίτης, id est, siligineus: qui autē huic est pximus, σμιδαλίτης, id est, simlilaceus, nūcupatur. uerum σμιδαλίτης quidē græcum nomen est & antiquū: σιγνίτης uero neq̄ græcū est, neque ipsam aliter possum exprimere. Inter panes igitur, siligineus plurimū alimentum prestat: post ipsum autē, simlilaceus: tertio loco, medius qui & σιγλοῦσος & ἀπότυρος dicitur: quartū post hūc est fordidorū genus: in quibus fufuraceus est potestremus, minimumq̄ omnium nutrit, & omnium maxime per aluum sublidet. Concoctū autē inter panes sunt facillimi, qui plurimū sunt fermentati, & pulcherrime subacti, quicq̄ in clibano igne moderato fuerint assati. Nam ignis ardentior primo statim occurſu superficiē externam circumurens in testē modum indurat, acciditq̄ duplici nomine prauum panem fieri: priori quidem, quod partem internam habeat crudam atq̄ illaboratā: posteriori uero, quod externam siccam habeat, ac præassatam ac testaceā. Porro ignis moderato remissior, panē minus belle elaborat, sed ipsum crudiorē relinquit, & maxime partem omnem eius internam. Qui autem in igne moderato, longiore spatio p̄ totos seipsos æquabiliter assati fuerint, ij tum bellissime in uentriculo cōcoquantur, tum ad cæteras actiones, quæ cōctionē consequuntur, erunt accommodatissimi. Pessimi autem panes ij sunt habendi, quibus nihil memoratorū ante, adest. Cum autē iam fines probitatis & prauitatis in panibus constituerimus, nemo iam est, qui non uel tacenti bus nobis facile intelligat, alios esse panes, qui aut optimis, aut deterrimis sint propinqui: alios porro ab illis discedere, tum alios quosdā inter utrosque hos locum mediū obtinere. Proinde quemadmodum prius de melle admonuimus, nō simpliciter esse pronuntiandū, ipsum salubre esse aut insalubre, sed pituitosæ quidem naturæ, hoc est, humidioris ac frigidiore q̄ temperata, ipsum esse salubre, nec minus etiam si ea natura rārum fuerit frigidiore sine multa humiditate, aut humidior sine multa frigiditate: calidis autem temperamētis, ac his etiam multo magis calidis ac siccis, haudquaquam ipsum conuenire: Ita panum quoq̄ is athletæ quidem est accommodus, qui neq̄ bellissime est assatus, neq̄ multū habet fermenti: priuato autem & seni, qui bellissime quidē in clibano est assatus, fermenti autē habet multum. Porro qui fermento omnino caret, nemini prorsus est accommodus. Quod si casei aliquid insuper addatur (ut rustici apud nos festis diebus solēt apparare, eosq̄ panes ipsi uocant ἄζυμους, id est, fermenti expertes) eius

modi prompte omnes lædunt, etiam si qui fortissimo sint corporis habitus: cuiusmodi sunt messorū, ac fossorū robustissimi. Ab his nāq̄ facilius confici uideas panes ἄζυμους, ut bubulā etiam ac hircinam, q̄ a grauibz athleticis. Quid iam loquar de ouilla aut caprina: cum in Alexādria asinina quoque uescant: sunt qui & camelina. Ad ipsarū enim cōctionem nōnihil confert tum consuetudo, tum uero earum carniū, quæ sumuntur, parsimonia: ac deniq̄ ipsa totius corporis inanitiō, quæ illis necessario accidit, qui toto die in priuatis operibus sese conficiunt. Carnes em̄ inanite rapiunt ex uentre succum non modo semicoctū, sed nonnunquā etiam omnino crudum atq̄ incoctum, cum cibo sumpto operibz sese reddiderint: ob eamq̄ causam ij grauissimis morbis posteaprehenduntur, & ante senectam intereunt. Quæ cum uulgus ignoret, illos ob corporis robur beatos prædicat, cum ea esse & cōcoquere ipsos uideat, quæ nemo nostrū, neq̄ edere queat, neq̄ coquere. Quod autem eorum pleriq̄ qui laboribus sese confecerunt, a prauis cibis minus lædantur, in causa est, quod ijs formi sint profundiores, quæ res ad cōctiones multum ipsis adfert momenti. Quod si ipsos plures ordine noctes insomnes ducere coegeris, morbo statim corripientur. Illi igitur unicum hoc ad prauos cibos cōquendos habent cōmodum: Athletæ uero alimentis utuntur nō optimi succi, sed crassi ac uiscosi, illi quidē qui inter ipsos sunt graues. quo nomine palestritæ potissimū appellantur: nunc uero & pancratiastæ & pugiles ita appellātur. Cum enim id solum eis sit propositum, ut ad certamina sese comparent, in quibus interdum totum diem, aut luctari, aut παγλαλαζειν cogūtur, idcirco cibo indigēt corruptū ac euaporatū difficili: talis autem est, qui succū habet crassum ac uiscosum, cuiusmodi potissimū est cibus ex carnibus suillis & panibus, ut diximus, adparatis: quibus soli uere athletæ uescuntur. Quod si quis priuatus, & ab exercitatione alienus, eodē cibo uti uoluerit, celerime in morbum plenitudinis incurret, Græci uocant παθωεικός: quemadmodū si homo utens exercitationibus, oleribus, ac ptisanæ succo aleretur, totū suū corpus celeriter labefactaret, ac confecerit. Porro si quis nostrū panibus illis utatur, quibus dixi athletas uti, succus ex eis abūdabit crassus ac frigidus, qualem proprie crudum succū nominare cōsueuimus. Est sanē & pituitæ succus crudus & frigidus, non tamen crassus, ut qui humiditatem multam habeat, & spiritum flatulentū. Crudus autē succus proprie nuncupatus, talis est, quale id apparet, quod in urinis sublidet, puri quandoque adsimile: uerū pus & graueolens est & lentū: crudus uero succus, crassitie & colore illi dūtaxat est similis, ut qui neq̄ graueolens est, neq̄ lentus. Non tamen febricitantibus quidem ex crudorum humorum copia solis in urinis sublidet, cuiusmodi dixi: sed & sanis, qui post multos exanclatos labores, cibos duros ac confectu difficiles elisant, Verū de alijs quidem postea tractabimus. Nunc uero

uero, quoniam de panibus primo statuimus differe-
re, ipsae quae à nobis dicta iam fuerunt, haec adiciamus. Omnium quidem optimi sunt clibanitae, ad eum
quae praescripti modum, tum assati, tum ad assationem praeparati. Proximi autem ipsi sunt, qui in minori furno
assantur *in vitru* nuncupati, eodem uidelicet quo
praedicti, modo praeparati: sed quia in profundo
non similiter assantur, ob id ab ipsis relinquuntur.
At qui super craticulam, aut cineres calidos, aut for-
ci pavementum seu clibanum assant, prauis omnes sunt,
ut qui inaequaliter se habeant. Nam partes ipsorum
extimae supra modum sunt assatae: intimae autem cru-
dae. Caeterum istis, quos propterea quod cineribus tecti
assantur, sub cineribus nuncupant, cineres ipsi pra-
uitate aliquam aspergunt: quapropter omnium panum
hos (si ipsis caetera omnia ante pariter adfuerint) **B**
quod ad assandi saltim modum attinet, propemodum
dixerim esse deterrimos. Oportet enim semper ea
de quibus agitur, ita accipere, ut quae inter se co-
parantur in illis duntaxat de quibus agitur, mutuo
dissideant. Quandoquidem si quae pluribus inter se mo-
dis discrepant, cōtuleris: quod de singulis ipsis membra-
tim & seorsum dixeris, ea omnia collecta habebunt.
De panum igitur differentia abunde dictum est.

De placetis, quae ex farina triticea fiunt,

Graeci *πυμματα* uocant.

DE alijs autem placentis quae ex triticea fari-
na parantur, dicere nunc fuerit opportunum.
Ergo quos Attici quidem *πυμνίτες*: nos autem
Graeci, qui Asiam colimus, *πυμνίτες* appella-
mus: parantur autem ex solo oleo. Oleum autem so-
lum in sartagine, igni fumi experti impositam,
inijciunt: quod ubi incaluerit, triticea farina mul-
ta aqua imbuta, ei adfunditur: quae celeriter dum
cuius oleo coquitur, cogitur ac densatur, instar
casei teneri in calatho conrescentis. tunc autem
iam ipsam uertunt, superficiem quidem ipsius su-
periore in infra constituentes, ut ipsa sartagine
etiam tangat. quod uero prius erat inferius, quodque
abundam iam est coctum, sursum in sublime tollen-
tes, ut iam sit in superficie, & cum iam quod modo
infra est, concreuerit, postea uertunt ipsam bis for-
te aut ter, quoad tota placenta equaliter ipsis cocta
uideatur. Perspicuum sane est, quod ipsa quidem
crassi est succi, quodque uentrem cohibet, & succos
crudos gignit: quapropter & à quibusdam mellis **D**
quidpiam ei admiscetur: sunt qui & salem marinum
miscunt. Fuerit autem iam id quidem placenta ge-
nus quoddam aut species, aut quocumque modo ap-
pellari libeat, quoadmodum & alias quasdam pla-
centarum species, tum rustici homines, tum urba-
norum pauperrimi ex tempore componunt. Itaque
quae *πυμματα* & *εζυμα* in clibano assant, atque mox
quam extracta sunt, in mel calidum, ut id in tota
sele recipiant, inijciunt, placentae etiam sunt ge-
nus quoddam: praeterea, omnia quae cum melle
ex istis apparantur.

De uaria itriorum compositione.

DVplex autem est itriorum species. praestan-
tior quidem, quam rhyemata: deterior uero,

quam lagana appellant. Quae sane ex his ac simi-
lagine componuntur, crassi sunt succi, & tarde sub-
sident, iecorisque meatus per quos fertur alimentum,
obstruunt, lienis imbecillitate augent, calculos de-
nique in renibus gignunt. Quod si cocta belle fue-
rint, atque in sanguinem mutata, admodum nutriunt.
Quae uero cum melle parantur, mistam habent fa-
cultatem. Cum enim mel ipsum succum habeat te-
nuem, & ea quibus cum miscetur, tenuet: factum
merito est, ut quae mel copiosius, dum paratur, as-
sumpserint, quaeque diutius cocta fuerint, minus
tarde subducantur, succumque ex tenui & crasso mi-
stum generent: iecori uero, renibus, & lien, in re-
cte quidem habentibus, magis quae ea quae sine mel-
le parata sunt, conducant: In istis uero qui obstru-
ctionis principium habent, aut inflammatione, aut
scirrhus sunt obfessi, nihil minus, quam illa nocent, non
nunquam etiam longe grauius: & multo omnium
maxime, quorum farina fuerit admodum lenta. Suc-
cus namque qui ex istis proueniet, non modo propter
crassitatem ferri prorsum inhihetur, uerum etiam in-
trinsecus angustis uasorum finibus circumfixus adeo
impingitur, ut haud facile solui queat: atque ita ui-
scus laesum, istis qui ita sunt affecti, sensum ponde-
ris exhibet, ciborum ac potuum tenuantium ope
indigens. Scripsimus autem alibi uno libro de ui-
ctu attenuante. Nihil tamen eorum, quae ita sunt
parata, neque thoracem, neque pulmonem offendunt.
Verum de eduljis quidem, quae crassum ac lentum
succum generant, alio loco postea differemus. Sermo
autem, qui nunc in manibus est, postulat, ut cum alia
quae adhuc exposuimus, memoria teneas, &
omnium potissimum, panum facultatem, quod eis assidue
utimur. Nec sane obfuerit, quae de ipsis diximus,
summam repetere. Optimus certe panis ac salu-
berrimus fuerit homini neque iuueni, neque exercita-
tionibus dedito, qui tum salis, tum fermenti habet plu-
rimum, quicquid plurimum ab artifice ante quam formetur,
& assetur, sit subactus, & (ut supra diximus) in cli-
bano mediocriter calido assatus. Modum uero fer-
menti ac salis, gustu iudicato: quod namque in largio-
ri horum mistura iam offendit, prauum. Quatenus
igitur gustus nullum adhuc sensum tristem ex ea
mistura percipit, eatenus ipsorum copiam augere
praestiterit.

De pane loto.

Porro, qui panis abluendi rationem excogita-
runt, minoris sane alimentum cibum, sed qui ab
obstructionis noxa absit quoad licet longissime,
inuenerunt. Siquidem panis hic succum habet mini-
mum crassum ac lentum, ut qui ex terrestri aere sit
factus. Eius porro leuitas apparet, cum per stateram,
tum quod in aqua non submergatur, sed instar sube-
ris supernatet. Caeterum id edulium quod rura
pud nos coquitur, quod ex multa triticea farina la-
ctis mista constat, scito ex istis esse, quod intus obstruit.
Ut igitur cibi istius omnes boni sunt succi, & multi
alimentum, ita eos qui ipsis assidue utuntur, ledunt,
obstructiones in hepate parientes, & in renibus
calculos gignentes. Cum enim humor crudus leu-
torem assumpsit, & transitus per renes quibus-
dam na

dam natura sunt angusti; ibi quod crassissimum est, ac maxime lentum, diutius moratum, *πῶρον*, id est, tōphum prompte gignit; cuiusmodi in uasis in quibus aquam calfacimus adcrefcit, aut ad saxa adfigitur in plerisque; aquis calidis sponte nascētibz. Confert autem ad id maxime renum ipsorum tēperamentum, quādo ipsorum calor acris fuerit ac ueluti igneus. Ex eo autem genere sunt & *πῶρον*, qui in arthriticis generantur. Fluit enim semper quod in corpore redundat, in partes imbecillimas, pro suaque ipsius natura, in ipsis affectum excitat. Ceterum cū postea de lacte agemus, de omni ipsius usu trademus, quēadmodum certe & de cibus in crassantibus; quandoquidem & alia quēdā sunt, quæ eā habent facultatē, De alicā.

Alicā ex genere est tritici, ualenterque nutrit, succumque lentum habet, siue in aqua dumtaxat coctam cum melle, aut uino dulci, aut etiā adstringente (nam horū quoque suo proprio tēpore utimur) siue cū oleo faleque frictā sumas. Nonnunquā autem & acetū illi iniicitur. Atque preparatā eo modo alicā, medici ptisanā confectionē fuisse dicunt; quidā autē dicunt ex alicā ptisanā, agrorū fuisse cibātū. Veterū uero nōnulli, ut Diocles & Philotimus, ptisanā triticeam, alicā hoc modo structā appellitant. Quapropter eius nomē apud antiquos est rarū, quēadmodum & sitanij; ipsi enim etiam communi nomine, triticū nuncupant. Dicitur porro est in libro Hippocratis de ratione uictus, panes ex alicā factos, plurimi esse alimentij, sed minus subsidere; præterea similaginem & alicā coctam ualentis ac multi esse alimentij. Proinde usum huius multū uitare conuenit, idque potissimum quibus iecur obstruitur, aut renes calculis gignendis sunt appositij. Maxime præterea intētos esse conuenit ijs sorbitionibus, quæ ex alicā lota nuncupata parantur. Succus namque ipsius hic est aquæ cōmixtus, qui cū coctionē postulet plurimā, preparatibus quidē ipsum, quasi satis coctus sit, imponit. Aegrotus uero, quibus ipsum parant, lædit non minimū. Celeriter enim, quod instar glutinis sit lentus, concrefcit ac densatur. Oportet igitur ipsum multa aqua admixtum, super carbones coquere, plurimū mouēdo, quoad exacte coctus fuerit; tum uero salis quidpiam etiā iniicere. Oleū autem etiā si initio statim immiscueris, nihil fuerit incōmodi. Sed id quidem obiter sit dictum; ad medendi enim rationē, non ad præsens institutū, pertinet. Quod si quando sanij ob uehementē uentris mordicationem, siue ob biliosi humoris multij transitum, siue ob aliud id genus, sorbitione egerint; ijs alicam plurimum coctam, usque dum extabuerit, deinde colatam, atque ita comparatam, ut ptisanæ succo colato sit persimilis, sorbendam tunc exhibeto. Eadem autem lotæ alicæ parandæ est ratio.

De tritico in aqua elixō.

Nisi ipse aliquando triticum in aqua elixū co-medissem, nunquā aliquē eius usum in cibo esse credidissem. Neque enim fame grassante ad hunc

Autendū modum quis accesserit, cum suppetere tritico, panem ex eo facere possit. In cœna uero quēadmodum elixum frixū uel cicer, & alia quēdā semina similiter parata, pro tragematibus, quæ uocant, sumuntur; ita triticū elixum à nemine sumitur. Ob eas sanē causas nunquā credidissem quēpiam triticum elixum elisasse. Cum autem & ipse aliquando rus procul ab urbe cum duobus adulescentibus meis æqualibus profectus, rusticos iam cœnatos deprehendissem, & mulieres sese, ut panem facerēt, accingere (pane enim carebāt) unusque ex ipsis repente triticum in ollam coniectum coxisset, deinde sale mediocri cōditū, ut ederemus, esset hortatus (cogebamur autē id facere, ut par est, qui nimirum iter confeceramus atque eluricabamus) abunde certe comedimus, pondus tamē in uentriculo sensimus, ut lutum ipsi incumbere uideretur. Et cum postero die nō coxissemus, totū diem cibum ita fastidiuimus, ut nihil edere potuerimus; præterea flatulentio spiritui erantus plenis, caputque dolebat, & oculi caligabant. Neque enim per alium quidquam excreueramus, quod unicū in cruditatibus est remedium. Rogabam igitur rusticos, num & ipsi aliquādo elixū triticum edulium; tum quonam pacto fuissent ab illo affectu. Illi uero & elisasse se frequenter, eadem qua nos necessitate compulsi, responderunt, triticumque ita preparatum graue & concoctū difficile esse edulium; quod sanē uel citra experimentū colligi facile poterat. Quādo enim ne ipsius quidem sumpta farina, ut ante retulimus, concoctū sit facilis, nisi per sale, fermentum, misturam, triturationem, cibamque elaborata fuerit; quis non intelligat illaboratum triticum esse contumacissimum? Vires tamen triticum habet magnas, si sic sumptum, concoquatur, nutritque ualide corpus; ac robur infirmitatis, qui ipso uis fuerint, conciliat.

De amylo.

Amylum ex tritico conficitur, partes exasperatas leuigandū uim obtinens: quæ substantijs omnibus consistentia sicca est cōmunis, quæ neque alstrictionē, neque acrimoniā, neque aliā quāuis facultatem habent insignē, quas substantias iure *ἀμύλας*, id est, qualitatis, quæ sensu deprehēdi queat, expertes, appellant; qualis inter humidas substantias est aqua. Ceterum amylo similem panibus lotis habet facultatē; nā ut illi, minus, quam panes non loti, corpori præbet alimentū, & nō calefacit, cū ceteri panes calefaciant. Quod uero ad triticū in aqua elixū attinet, cū eo amylo ne cōferendum quidē est, cū palam, id tū calfaciat, tū ualenter nutrit, si cōcoctū fuerit; id quod factū (ut diximus) est difficile.

De hordeo.

Hoc semē in usu frequētī apud homines est, quod non eandem cum tritico habet facultatē, siquidem hoc palam calefacit, illud uero nō modo nō calefacit (quomodo nōnulla, quæ in medio sunt calefacientij & refrigerantij, ut amylo, & panis lotus) sed quoquo modo ipso utare, siue panes ex ipso feceris, siue ptisanā coxeris, siue.

siue ἀλφιτα, id est polentā feceris, uim quandam A refrigerandi habere cernitur. Dissidet præterea à tritici natura, succi specie, quam utrunq; ipsorum gignere cōsuevit. Siquidem triticum, crassum ac lentum; hordeū autē, tenuem & nonnihil deteriorum succū in nobis gignit. Quoquo igitur modo hordeū paraueris, nunq; corpus calfacit; sed uarie pro modo præparatiōis humectat ac siccatur. Quādoquidē polēta, quæ ex friso hordeo est facta, siccare perspicue cernitur; ptisana autē humectat, cū saltē, ut decet, fuerit parata, hoc est cū in coctione q̄ plurimū intumuerit, postea igne lento per multū ociū in chylū fuerit redacta. Acetū autē ei tūc admiscetur, cū planē intumuerit. Cum uero cocta exacte fuerit, sub edendi tēpus salē tenuē iniicere oportet. Oleum autē si initio statim iniiceris, coctioni nil nocueris. Aliud tamen nihil est miscendū, nisi uelis anethi aut porri quidpiā, idq; initio statim, immiscere. Video autē à cocis omnibus ptisanā pessime cōparari. In mortario nanq; crudam ipsam tundentes, nō ad ignē coquētes, dissoluūt. Sūnt qui amyllum etiā iniiciant, ut per coctionē in chylum copiosum uideatur esse redacta. Talis certe ptisana merito maxime est flatulenta, & coctura admodum difficilis. Quæ uero in ptisana re æ comparanda, prætermisi, ea adijcere oportet. Crudam ptisanā aliquandū in aqua præmaceratā, deinde in mortariū iniectā manibus terere conuenit, asperam quāpiam rem in se habentibus, cuiusmodi est quod uocant spartū, ex quo iumentis soleæ necluntur; usq; eō autē terendū, dum præpositus ac qui in superficie est, cortex sit abiectus. is em̄, quo uestitur ceu tenui tunica, non totus inter pinsendū abijcitur. Quapropter & præmaceratur, & in mortario tunditur. Quod si nō quicquid est acris, deciderit, elixa ptisana magis quidē deterget, nullam autem aliam noxam accipit. Pessima est autem ptisanæ præparatio, cū ubi coci crudam ipsam in mortario cū aqua cōtuderint, deinde parumper coxerint, ἡμαρ καὶ ὀρεοῦ, id est, sapā iniiciunt. Quidam autē cū his mel quoq; & cuminū iniiciunt, cinnū quendā uerius q̄ ptisanam cōparantes. Verum quæ probe parata fuerit, utilitates, quas memorat Hippocrates, tū sanis, tū ægrotis hominibus præstabit. Siquidem lentor eius, ut inquit, leuis, & cōtinuus, & blādus est, & lubricus, & humidus moderate, sitimq; arceat, & ad abluendum, siquid opus erit, est idoneus; neq; adstrictio nem habet, neq; tormina gignit, deniq; in uentriculo non exturgescit. si quidem inter coquēdum intumuit, quantum plurimum intumescere poterat. Hæc certe nobis in præsentia de ptisanæ facultate suffecerint, non medendi rationem tradentibus, sed alimentorum duntaxat uires explicantibus; quanquam in sermonis transcurso ipsorum usum quoq; attingimus.

De panibus hordeaceis.

Nunc certe ad hordeaceos panes trāsire uerit tempestiuum, quos homines eodē, quo triticeos, modo parant; sunt autē non modo triti-

ceis, uerum etiam olyrinis, & multo adhuc magis typhinis friabiliores, nihil in se lentoris, ut illi, habentes. Ex quo perspicuum est, q̄ exigū corpori præbent alimentū, & potissimū si facti ex peiore hordeo fuerint, ex quo Hippocrates ne ptisanā quidem fieri uoluit. neq; enim, dum coquitur, succum copiosum ex seipso emittit. Laudatissimū autem est, quod candidum, ubi pinsitū est, apparer, nōnihilq; dēsitatis ac pōderis (quantū hordeo datum est) habet. Porro quod totū plenū est, & circumscriptionē externam habet tensam, melius eo est, quod gracile est ac rugosum. Verum id quidē seminum omnium cōmune tibi esto indicium; nisi forte aliquādo molem multo q̄ pro sua natura habeant maiore, sintq; molliora ac laxiora: scito em̄ ea humiditatem habere superfluum, prædictisq; esse deteriora. Ob eamq; causam non cōuenit ijs post collectionē uti, sed ubi ea in locis siccis repositis, diu ab eis abstinere, quō interea pars quidam humoris superflui exhalet, pars autē etiā coquatur, quoad siccata mediocriter contrahantur. Desluit em̄ à plantis seminib; & fructibus, postq; collecta fuerint ac reposita, primū quidem quidquid in ipsis aquosum est ac tenue, post autem & nonnihil humidi naturalis. Cum em̄ substantiam habēt iusto sicciorē, sunt ijs deteriora, quæ ad sum mū bonæ habitudinis peruenerūt, non tamē iam omnino sunt praua. Quinimo ijs affectibus, quos siccando corrigere oportet, sunt utiliora. Quæ autem diutissime fuerint reposita, uires habent imbecilliores. Huius porro terminus sit, cū ab ipsis diuisis puluis quidā tenuis excidit. Hæc itaq; semel nunc dicta, in omnibus memoria tenero. Non enim libenter de ijsdē sæpe eadē repero, nisi quando necesse uidetur, nudū dūtaxat caput memoriæ causa repetere. Ad panes autē hordeaceos, de quibus dicere institueramus, reuersi dicamus, in ijs quoq; quasdā esse differentias, illis, quas paulo ante in triticeis recēsuimus, respōdētes. Omnes nāq; triticeis multo minus alūt, qui tamē ex præstantissimo hordeo cōficiūtur, minus à triticeis in eo suoperant; qui uero ex laxo ac leui, panibus surfuraceis respōdent. Panes autē ex hordeo eiusmodi citissime per aluū subducūtur, qd̄ reliquis nō minimū accidit, si triticeis eos contuleris. Quæ porro inter hos mediæ panū hordeaceorū sunt præparationes, similes sunt ijs, quas in triticeis retulimus.

De polenta, quæ Græce ἀλφιτα dicitur.

EX recēti hordeo mediocriter friso, laudatissima fit polēta: cuius si copia non sit, nōnunq; & ex alijs ipsam cōficiamus. Cum autē polenta om̄is, quæ recte sit facta, boni sit odoris, ea est sua ueolentissima, quæ ex optimo ac recenti hordeo, & qd̄ aristam non admodū habeat siccā, est cōfecta. Compluribus autē per sanitatē mos est, eā sapā & uino dulci mulsoq; cōmisis, nonnunq; sola etiā aqua cōpersam, estate duabus tribusue ante balneū horis bibere, aiuntq; sentire se hoc potu siti liberari. Si tamē cū uino austero fuerit epota, uentrē desiccatur. Polenta autē gentes quædā pro pane

pane utuntur: quod ego rusticos in Cipro facere A
sum cōspicatus, tamen si frumenti plurimū me-
rant. Veteres autem militibus etiam polentā prae-
bebant. Romani tamen milites ipsius imbecillita-
tem damnantes, ea non amplius nunc utuntur. Exi-
guum enim corpori alimentum dat, priuatis qui-
dem & omni exercitatiōe abstinentibus, satis mul-
tum: ijs autem qui quoquo modo exercentur, mi-
nus q̄: sat est. Porro ex his humidis frixis sūt ma-
za, de quibus deinceps differemus. Praesertim
cum Philotimus in primo libro de Alimentis de
ipsis copiosius disputans, quod in eis tamen erat
utilissimum indeterminatum reliquerit.

De maza.

Cuiusq; eduliorum vires potes, uel ante cer-
tam experientiam ex ipsius natura cōiungere. B
Etenim perspicacis ingenij uiro farina, quae plane
tenuis est, & alba, & ab omni fursurea substantia
pura, satis intelligitur, in uentriculo quoq; citius
ac magis alterari, eoq; p̄bius cōcoqui, & facilius
in corpus distribui, p̄optiusq; nutrire, ut quae to-
ta corporibus alēdis assimilētur, atq; apponatur.
Quod autē in ipsa fursureū est, ac durū, ut extrin-
secus in aqua dissolui non cernitur, eadē ratione
ne in uentriculo quidem madefactū dissoluē, sed
rotū, ut sumptū fuerat, indiuiduum permanet atq;
in cōfectū. Hoc igitur non potest nec probe con-
cōqui, nec distribui, propterea quod uenarum ori-
ficijs, quae ad uētriculū & intestina pertinet, nihil
prorsus cōgruit, neq; illabitur: quas res necessario
sequitur, tum ut maior stercoreis uis ex ipso acerue
tur, tum ut citius subsideat, partim propter ipsius
copiae pondus, partim etiā quod fursureū omne
qualitatē habet deterforā. Quae omnia si quis re-
putet, intelliget, tantū mazam in alendo corpore
ab hordeaceis panibus relinqui, quantū hi a triti-
ceis relinquuntur: quippe cū hordeum initio sua
pte natura fursurē habeat non paucū, frixum iam
eum ipsum habet, tum sicciorē, tum fractū ac cō-
minutu difficiliorē: siccior autē est id, quod hoc
est prestantius, ex quo corpus sumebat alimentū.
Quo fit, ut maza panibus hordeaceis agrius co-
quatur, magisq; uentriculum statu impleat, in quo
etiam, si diutius manserit, turbationē excitat. Citi-
us autem subducitur, si cōmixta diutius fuerit, ac
subacta. Quod si mel quoq; addatur, citius etiam D
ob id uentrem ad excretionē incitabit. Ceterū
quod Philotimus opinatur, succum crassum, glu-
tinosum, ac frigidū ex omni maza generari (quē
ipse cū p̄ceptore suo Praxagora uitreū appellat)
secus profecto habet: cum polenta neq; lentorem
habeat, quod alicae inest maximē, nec multum nu-
triat. At illū fefellit maza copiosior, ac diutius in
uino dulci & sapa macerata: quam ipse, quē admo-
dum Athenienses *πρωτομαζα*, id est, trita appellauit.
quod em̄ in ea triticāe massae respōdet, ductile est,
ac glutinosum, cū ob diuturnam macerationem,
tum ob humoris polentē cōmixti crassitiem. Quē
admodū autem tritura multa cum crasso liquore,
facit, ut trita farina, lenta appareat, etiā si ea ex mi-

lio sit: ad eundem modum succus ptisa ne apparet
lentus: tamen si nihil in sese habeat glutinosum, ne-
que emplasticum, sed contra deterforium, atq; in-
cisoriū: quod in cute nostra indicat, ipsius sordes
eluens. Quod si paulo postquam cuiusdam sorben-
dam ipsam exhibueris, uomere ipsam feceris, pi-
tuitam quae in uentriculo continebatur, deterge-
bit, & omnia uomitu simul cum ea eijciēt.

De typha, olyra, & zeia.

Mnesitheus quidem typhas tertio loco post
triticiū & hordeum numerat: Diocles autē
de ipsis tradit diligentius, compendiosum scribē-
di genus diffusae accurateq; explanationi prae-
ponens. Eodē certe cōpendio de tritico, hordeo, a-
lyijsq; multis tradidit. Paulo autē de his Praxago-
ras, ac Mnesitheus copiosius scripserūt: attamen
ne ipsi quidē satisfaciūt, Philotimus uero de qui-
busdā admodū copiose, de alijs autē egit ieiune:
sunt & quorū ne meminit quidē, quē admodum
nec zeia, perspicuum autē est, q̄ nec praeceptor
eius Praxagoras. Quandoquidē nec Philotimus
non modo eorū quae ille scripserat, nihil p̄termi-
sit, sed pleraq; etiam perpoliuit, atq; adiūxit. Illud
uero mirū uideri debet, q̄ ne is quidē, qui librum
de ratione uictus composuit (qui Hippocrati est
adscriptus) quisquis is uir antiquus fuerit, nomi-
nis zeia mentionē unquā fecerit. Quod si typhas
a nonnullis putabat appellari zeias, id ipsum signi-
ficasse oportuit: uerū fatius forte fuerit ipsorū uer-
ba adscripsisse. Diocles ergo in primo libro de sa-
nitate ad Plisarchum (in quo ciborum facultates
explicat) sic scribit, Post hordeum autem ac triti-
cum, facultatibus sequuntur omniū maxime oly-
ra, typha, zeia, panicum, milium. In quibusdā
autem exemplaribus zeia nōmē omnino nō est.
Quin & in quibusdā, non facultatibus, sed utili-
tatibus scriptum est, hoc modo: Post hordeum ac
triticiū utilitatibus sequūtur omniū maxime
olyra, typha, panicum, & milium, perinde ac si
olyra semē esset a typha diuersum. Mnesitheus au-
tem uno semine, duo nomina ait cōtineri, scribēs
ad hunc modum, Ex seminibus ad nutritionem
sunt appositissima triticum & hordeum: quod au-
tem haec deinceps sequitur, duplici quidem nomi-
ne nuncupatur: eadem tamen res est, alij enim ty-
pham, alij olyram nominant. deinceps ista adiū-
git, Post haec autem sunt zeia, milium, & panicū.
Diocli certe ea de typha et olyra scribere, quē mo-
do adscripsi, satis uisum fuit. Mnesitheus uero par-
ticulatim quoq; de ijs postea tractauit, primū qui-
dem de tritico & hordeo, mox de typhis, scribēs
his uerbis, Reliquorum uero seminum typha qui-
dem est optima. nam & nutrit admodum, neq; ma-
gno negotio conficitur. Panem autem ex zeia ne-
mo affatim citra sanitatis dispendiū mādīt. Quod
si quis ei panē non assuerit, etiam si minimū sum-
plerit, agrotabit: est enim grauis & concoctū dis-
ficilis. Qui uero regionem colunt uehementer fri-
gidam, eo semine coguntur nutrirī, ipsumq; sere-
re, q̄ frigoribus persilrenue resistat. Atq; hi prin-
cipio

cipio quidē paulatim edere assuescunt, tū quia in grati odoris est cibus, tū quia rarus est in eiusmodi regionibus frugū prouentus. Post autē, q̄ familia re sit edulitū, accidit, ut facillime in corporibus cōficiatur. In summa autē statuere oportet, zeia grauem esse ac concoctū difficilem, firmā ac mēbranofam. Ex his Mnesitheus apertissime indicauit, cuiusmodi semē uocare uelit zeiam, quā in frigidis regionibus colitur. Equidē nec ipse regiones omnes hybernas peragraui, nec ab alijs audiui, qui eas perlustrassent, semē aliquod esse frumētaceū, quod incolae zeiam, aut zeam appellarent; utroq; enim modo scriptū inuenitur, in alijs priore syllaba in *ε* & *ι*, in alijs autem in *ε* tantum desinente. Credere tamen possum fieri potuisse, ut Græci semen id sic appellarent; barbari autē propriū ipsi nomen indiderint. Conspicatus autem in multis Thraciæ & Macedoniæ agris non arista modo, sed & plantā totam nostrae typhæ in Asia simillimā, interrogauī, quodnā apud illos homines haberet nomen. qui mihi omnes responderunt, plantam totā & eius semen *βριζω* appellari, priore syllaba tribus his literis scripta, *βρι*; sequente, *ζ* & *ω*, in recto saltem casu; in accusatiuo autem cū litera *υ*. Ex hoc porro semine panis fit grauis odor, & ater, mēbranofam, ut Mnesitheus scripsit, substantiā habens. Quod si nigrum quoq; panem (qui ex zeia fit) esse adscripsisset, facilius crederē id esse semen, quod ab eo zeia nominatur. Est itē in frigidissimis Bithyniæ locis semen quoddam, quod zeopyrum nominatur, prima syllaba *υ* nō habente, ut apud Homerum habet, cum ait, Et zeia & triticum cū secundo hordeo & albo. Ex eo autē panis fit præstantior, q̄ qui in Macedonia aut Thracia ex briza conficitur. Ac ferē quēadmodum nomē ipsum zeopyrum ex utroq; nomine, zeia scilicet & pyro, id est, tritico compositū; sic & substantia eius inter utrunq; mediā quodammodo est, ut si ex utroq; esset cōmixta; proinde quanto tritico est deterius, tanto Thracia briza est præstantius. Porro urbium nomina, in quibus semen id prouenit, sunt Nicea, Prusa, Crasso polis, Claudiopolis, Heliopolis, & Doryle, qd̄ quidem extremū est Phrygiæ Asiaticæ oppidū; habet autem & Phrygia ipsa semē eiusmodi in agro proueniēs, quēadmodum & aliæ quædam urbes finitimæ. Videre autem est panē, qui ex hoc semine cōficitur, tanto eo, qui ex briza in Thracia & Macedonia fit, esse meliorē, quāto tritico est deterior. Meminit zeæ & Theophrastus libro septimo de plantis, sic scribens: Inter ea quæ tritico hordeoq; sunt similia, ut zeia, olyra, typha, aena, & agilops, zeia est firmissima, copiosissimēq; fructificat, multiplicē altamq; radicē effundit, cuiusmodi multiplici & crasso assurgens; fructus autē est leuissimus, & cunctis animalibus admodū iucundus. Deinde subdit, Typha autē omnīū est leuissima. nam calamū unicū, eumq; tenuem habet, quare solū gracilius, nec uti zeia pingue ac fertile, excolitur. Post hæc subiungit, Sunt autem hæc duo,

zeia scilicet & typha tritico simillima. Hec quidē de zeia Theophrastus; Herodotus autem libro secundo ad uerbū hæc scribit: Tritico hordeoq; pleriq; uiscitant. Apud Aegyptios uero his in uictu uti, summū dedecus putatur: utitur autē olyris, quas alijs zeias cū *z* nominant. Dioscorides quoque in secundo de medica materia, hæc scribit: Zeia duplex est genus, quorū alterū simplex, alterum *διπλοκον* nominatur, quod semen duabus mēbranis conclusum gerat; nutrit autem hordeo ualētius, tū stomachū iuuat. Panis ex ea fit, qui minus tritico nutrit. Crimnon autē quod ex zeia & tritico fit, ratiōe tritura farina est crassius, ex quo fit puls; nutrit abunde, & facile conficitur. Quod uero ex zeia fit, uentrē magis cohibet, potillimū si torrefacta prius fuerit. Præterea olyra eiusdē cū zeia est generis, sed minus aliquanto nutrit; panis quoq; ex hac fit, & crimnon. Athera autem fit ex zeia trita tenuiter sub mola; sorbetur autē non secus ac liquida pulticula, pleriq; est accommoda; in cataplasmatiscq; ea utimur. Tragi semen, aliq̄ est quidē simile, nutrit autē multo minus q̄ zeia, qd̄ multum aceris habeat, ob id & concoctū est difficilior, & aluum magis mollit. De zeia igitur hæc sufficiant. Mnesitheum profecto iure quis demiretur, q̄ discrimen inter olyram ac typham non nouerit. Vtrunq; enim in Asia est frequens, & potissimū in regione, quæ est supra Pergamū, adeo ut rustici ipsi panibus ex ipsis factis semper utantur, propterea q̄ triticum omne in oppida cōportent. Olyrini sanē, si modo ex bona olyra fiant, post triticeos saltē sunt præstantissimi; secundi autem ab his sunt typhini. Quod si olyrini ex uitioso semine sint facti, typhini non erunt eis inferiores. Calidi uero panes ex laudatissima typha facti, olyrinis longe sunt præstantiores; asseruati uero deteriores seipsis euadunt. Cum enim massa illorū sit tenax ac ductilis, densatur maiorem in modum, & maxime cum negligēter parati fuerint, adeo ut qui panē huiusmodi, post unum aut duos dies, ac multo magis sequentes aliquot, comederit, putaturus sit lutum uentriculo suo inesse. At calidus adhuc cū est, ab ipsis etiā urbanis expetitur, ipsiq; cū caseo quodā mandūt, quem uernaculo nomine oxygalactinon appellat. Porro hunc quoq; tenerū esse oportet, & ipsum panē calorē clibanī ad huc retinere. Qui certe in hunc modū est assatus, nō rusticis modo, sed urbanis quoq; hominibus in delicijs habetur. Qui uero tritū quatuorue dierū est, uel ipsis rusticis mandit insuauius. Præterea concoctū est difficilior, ac tardius per aluū subducitur: quæ calido minime accidunt; qui tæcti hordeaceo, quod ad deiectionem pertinet, multū relinquitur, non tamen in eo adeo, ut miliaceus est uituperandus, Quinetiam corpus admodum, dū calidus est, nutrit, ut penē tritico syncomisto par sit. Habet autem typhæ semē extrinsecus corticem ueluti olyra, & hordeum. uerum decortica tum, in panes congeritur, omninoq; usui accommodatur. Nam & ex aqua manditur elixum, haud aliter

aliter ac uocatus à rusticis apothermus, sapa, quā alij *σιρσος*, nos *εμμε* uocamus, iniecia: nonnumquam etiam cū sale (quo modo me ipsum triticū retuli comedisse) esitatur. Ex nobilissima autē olyra, cum ut decet, fuerit decorticata, nominatū trahunt conficiunt: quo plerique utitur primum in aqua decoquentes, deinde ea effusa, sapa, aut uinum dulce, aut mulsum infundētes, superiniiciūt & pincas nuces aqua pramaceratas, donec plurimum intumuerint. Quidam autem semē hoc, genere quidem, non tamen specie cum olyris idem esse affirmant. Sunt autem & alia permulta semina prædictis quidē ad similia, nō tamē eadē penitus specie: quæ partim in hordei ac typhæ, partim in typhæ olyræq; aut olyræ & tritici medio sunt loco: quædam uero ad olyræ, alia ad hordei aut typhæ, alia ad triticū: ceu alia ad panici, alia ad milij naturam proxime accedunt. quæ nomina habent alia simplicia, ut in Italia ex quo alicā faciūt; alia composita, ut in Cappadocia quod uocatur *γυμνοκεδαι*, id est, hordeum nudū ac corticis expers, in Bithynia autem *zeopyron*. Verum satius fuerit eiusmodi nominū ac leminum disquisitione omiſſa, de omnibus communi quodam sermone tractare. Quæ igitur parua mole multam reddunt substantiā, eamq; crassam ac uiscidam, optimi sunt succi, ac multi alimenti: non tamen facile per alium secedunt. Quæ uero his sunt cōtraria, mollem quidem ac laxam habent substantiā: partes autem ipsorum fursureæ, citius quidem subducuntur, sed alunt minus. In ijs ipsis quæ graueolentia sunt, & gustum quandam habent iniucundum, perspicuum est, quod omnia & prauis succi sunt, & coctū difficilia. Quod autem exigua moli permultum insit substantiæ, tum ex pōdere cum in statera appenduntur, tum ex farinæ copia cognosces. ea namq; copiosa in ijs quæ cōpacta densaq; sunt substantia, ab exigua mole redditur. Porro caliditatis & frigiditatis discriminē ante quidem quā edantur atq; intrō in corpus sumatur, cum ex colore & gustu facile tibi erit colligere, tum etiam ex usu, quem nobis foris applicata, adferunt. Postea autem quā esitata atq; intrō in corpus sumpta fuerint, exactam sui dignotionem ac sensum, dum in uentre sunt, ijs qui sumpserint, adferunt, quod calfaciant aut refrigerent, aut neutrum horum manifeste efficiāt. Quod uero ad colorem naturalem attinet, in hordeis quidem & olyris est albus, in triticis autem subflauus: typhæ autem uel triticis sunt flauiores. Quin & harū corpus coactum est ac densum: quod fortassis ad seminis paruitatem nonnihil adfert momenti. est enim id tritico longe exilius. quanquam non desint, qui ipsum quoque in tritici numero ponant: uelintq; id semē esse, cuius Homerus meminit, cū Hectorē equos suos alloquētem facit his uerbis: Triticum enim uobis primū prædulce ferebāt. Aiunt enim typham paruum triticum esse; eamq; equos sine noxa mādere: uerum autem triticum, non sine noxa. Nec absurde certe typham quis tri-

ticum exile uocauerit, cum ei & colore & densitate & caliditate sit ad similes.

De auena quæ bromus dicitur.

Hoc semen in Asia est frequentissimum, & potissimum in Mysia, quæ est supra Pergamum, ubi & typhæ & olyræ uberrimus est prouentus: iumentorum autem est alimentum, non hominum, nisi utiq; aliquando extrema fame ad panes ex eo quoq; semine conficiendos, compellantur. Citra famem autem, coctum ex aqua manditur cum uino dulci, aut sapa, aut mulso, non aliter quā typha. Calidum autē est admodum, nō secus ac illa: quanquam non æque est durum: ex quo minus quoq; corpus nutrit, & panis qui ex eo fit, alioqui est insuauis, non tamen aluum aut sistit aut proritat, sed, quod ad id saltem pertinet, medium locum obtinet.

De milio & panico, quod elymon & milinem uocant.

His item in pane nonnunquā utuntur, urgente dictarum frugū penuria: panis tamen qui ex eis fit, exigui est alimenti, ac frigidus. Perspicuumq; est, quod præaridus est ac friabilis. nihil enim in se habet neq; litoris, neque pinguedinis. iure ergo aluum humētem desiccet. Agricola autem horum farinam coquentes, deinde adipē suillum aut oleum miscētes esitant. porro milium ad omnia panico est præstantius, suauiusq; editur, facile concoquitur, uentrem minus sistit, magis nutrit. Nonnunquam autem rustici farinā ipsorum lacti incoctam mandunt, non aliter quā triticū: unde liquet, quod id edulium, ipsum per se sumptum, tanto est præstantius, quanto lac utriusq; seminis naturæ ad boni succi procreationem, aliāq; omnia excellit. Dico autē alia omnia, concoctionem, uentris subductionē, distributionē, & ipsam in edendo dulcedinem ac uoluptatem. Nihil enī suauitatis seminibus ijs inest, præsertim panico, quod saltem in nostra Asia nascitur. nā apud alias gentes, ut in Italia, multo melius prouenit.

De leguminibus.

Legumina appellāt, ea cerealium semina, ex quibus panis non fit, ut puta fabas, pisas, ciceras, lentes, lupinos, oryzam, eruū, cicerculas, aracos, eruilia, phaselos, scenum græcum, lentē, & si qua sunt similia. De quorum omnium facultate deinceps tractabimus, ut cū ea nota fuerint, usus ipsorum minus sit noxijs.

De oryza.

Semine hoc omnes in sistenda aluo utuntur, si ipsum eodem modo, quo alicam, coquentes. difficilius tamen quam alica conficitur, & minus alit, ceu utique & in edendi suauitate ab ea quam plurimum relinquitur.

De lentibus.

Nemo ex his panem facit: arida enim sunt, & ac friabiles: corticemq; habēt adstringentē: & quæ ipsorū est uelut caro, crassi est succi ac terrei, austeram qualitatem habens exigua, cuius cortex multæ est particeps. Succus porro in ipsis est, ut

est, ut ante retulimus, adstringēti cōtrarius. Quo-
circa, si quis in aqua ipsas coxerit, & deinde aquā
sale, aut garo, aut cū ipsis oleo condens sumple-
rit, potius is aluum deſcit. At ex his decoctis lenti-
bus, ad eum modum quem retulimus, lens appa-
rata, facultatē habet succo contrariam, ut quæ uē-
tris fluxus siccet, stomachum, intestina, & totum
deniq; uentrem corroboret. Quamobrem coeliaci
& dysenterici, cibus est accommodus. Lens
uero decorticata, ut illam adstringendi uehemen-
tiam, & ea quæ ipsam cōsequuntur, amittit: ita ma-
gis nutrit, quam quæ cortice spoliata non est, suc-
cum crassum prauumq; gignit, tardeq; comineat,
non tamen alui fluxus desiccat, uti ea cui cortex
nō est ademptus. Iure igitur, qui largius hoc edu-
lio utuntur, elephantiam, quam uocant, & can-
cros incurrunt. Siquidē crassa siccaq; cibaria suc-
co melancholico generando sunt idonea. Quare
ijs duntaxat, quibus aquea in carnibus est *αχρ-
φία*, lens in cibo utiliter præbet: ceu aridis & squa-
lentibus, admodum damnose. Eandem ob cau-
sam uisum integrum & inculpatū hebetat, ipsum
immoderate exiccans: ei uero, qui contrario mo-
do se habet, confert. Menstruis autem purgationi-
bus non est accommoda. crassum enim & tardi-
fluum sanguinem reddit: at muliebri nuncupato
profluuiō est utilissima. Cum autem ptisana in eo
saltem contrariam ipsi habeat facultatem, ex am-
borum mistione præstantissimum edulium com-
ponitur, quod homines nostrates phacoptisanā
nuncupant, utrunq; haud æquali portione miscē-
tes, sed ptisanæ minus iniicientes, ut quæ in suc-
cum uertatur, & in molem magnā attollatur: lens
autem cocta, exiguum quendam tumorem ascē-
scat. Hoc tamen edulium eodem quo ptisana mo-
do comparatur, præterquā quod saturēia, aut pu-
legium adijcitur: quod fit ut suauius simul & con-
coctu facilius reddatur, cum ptisana illis minime
gaudeat, sed solo anetho, porroq; sit cōtenta. Pes-
sime autem coci diuitibus lentem sapa adparant:
quādoquidem lens haudquaquam in crassantium
misionem postulat, sed humidiorū potius, & quæ
suam ipsius crassitiem incidunt. Cui uero sapa cō-
miscetur, iecoris obstructions solet gignere, ui-
scerisq; huius ac lienis inflammationes inauget,
nisi melle addito, melior fiat. Perspicuum autem
est, quod & scirrosos uisceris utriusque affectus,
exacerbat. Quod si suillam simul libeat coquere,
ptisanæ quidem recētem, lenti autem sale iam diu
conditam reperies accommodam: ceu utiq; quæ
inter eas est media, quam *σαλῆ*, id est, nuper sal-
sam appellant, phacoptisanæ est accommoda, tū
si suauitatem, tū etiam si coctionem spectes. Ma-
gis tamen lens cum falsis carnibus elitata, crassos
humores augebit. Nam hæc quoq; sanguinē cras-
siorem & melancholicum magis generant. Qua-
propter non est his copiosius utendum, & maxi-
me si cui corpus sit aut melancholicum: aut cras-
so, aut (ut omnia complectar) prauo succo abun-
det. Hæc eadem & de regionibus, anni temporis-

Galen.

bus, & aeris constitutionibus, in quoq; edulio in-
telligere oportet, ac autumno quidem melanco-
licis cibis ac siccantibus abstinere, hyeme uero eis
uti. Quemadmodum sanē æstate humectantibus
& refrigerantibus: uere autem quod mediū sit tem-
peramenti, mediæ facultatis cibos edere. Est por-
rō mediorum non una species: quædā enim sunt
huiusmodi, quod extremorū omnino sint exper-
tia: quædam autem, ex amborum æque pollentiū
mitione mediocritatem sunt adeptæ: quod paulo
ante dixi, cum quis ptisanam lēte commiscuerit.
Sic & teutlophacem, quæ ex beta & lente mistis,
ita nominat, Heraclides Tarētinus nō sanis mo-
do, uerumetiam ægrotantibus exhibebat. Est enī
id edulium medium ex pugnantibus compositū,
in quo beta quidem minus subſidet: lens autē ma-
gis subducitur. Perspicuum autem est, qd succus
teutlophaces, qui in corpus distribuitur, ex ambo-
rū facultate, lentis uidelicet ac betæ, est mistus.

De fabis.

Fabarum quoq; usus est multiplex. quippe ex
ijs conficitur & liquida in ollis puls (Græci
ἐν τῷ uocāt) & spissa in patinis. Tertius præterea
ipsam præparandū est modus, qui fit cum ptisana.
Plurimo sanē hoc edulio gladiatores quotidie apud
nos utuntur, corporis habitum carne nō den-
sa nec constricta (cuiusmodi est suilla) implentes,
sed quodammodo fungosiore. Flatulentus est is
cibus, etiam si coctus diutissime fuerit, ac quouis
modo paratus, cum tamen ptisana tempore quo
coquitur, flatum omnē deponat. Qui autem ani-
mum attēdunt, eosq; affectus, qui cibos singulos
manent, animo adsequuntur, sentiunt in toto cor-
pore uelut à spirītu flatulento tensionem quandā,
potissimum si quis huic cibo non est assuetus, aut
ipsum non belle percoctum sumpserit. Habent au-
tem fabæ substantiam, non densam nec grauem,
sed fungosam ac leuē: quæ uim quādam, quomo-
do ptisana, habet detergendī. Apparet em̄ perspi-
cua ipfarū farina, sordes à cute detergere: qd man-
gones ac mulieres intelligentes, in balneis quoti-
die fabarum farina utūtur, quemadmodum ali j ni-
tro, atq; aphronitro, & in summa detergentibus.
Hæc præterea & faciem inungunt, quemadmo-
dum ptisana. tollit enim lentes, quæ in summa cu-
te apparent, & quam uocāt *ἐφ' ὄλῳ*. Ob quā sa-
nē facultatem uentrem non cunctanter permeat,
ut quæ crassi sunt succi ac lenti, quæq; nullam de-
tergendī habent facultatem, cuiusmodi esse dixi-
mus alicam, tragus, simlaginē, & amyllum. Cū
autem fabarū puls sit flatulenta, multo adhuc ma-
gis erunt flatulentæ, si quis integris ipsis coctis utatur.
Si tamen frixæ fuerint (quidā enim hoc mo-
do tragematum uice utuntur) flatum quidem de-
ponunt, sed cōcoctu sunt difficillimæ, tardeq; præ-
tereunt, & crassi succi alimentum corpori exhibent.
Quod si uirides, prius quam maturæ sint, at
que exiccatae, edantur: idem eis accidet, quod fru-
ctibus omnibus, quos ante perfectam maturita-
tem mandimus, humidius scilicet alimentum cor-

Tom. 2

b pori præ

pori praebeant: ob idque excrementosius, non in intestinis modo, sed in toto etiam habitu. Merito igitur fabae eiusmodi minus quidem nutriunt, sed promptius deijciunt. Plerique autem hominum non crudas modo fabas uirides comedunt, uerum etiam cum suilla eas coquunt, ueluti olera; ruri uero, cum caprina & ouilla. Alij fabas inflare sentientes, cepas admiscunt, cum pulvere in patinis ex ipsis struunt. Sunt quoque cepas crudas nec simul elixas cum ipsa mandant. Quicquid enim omnibus cibarijs inest flatulentum; id per calfacientia & tenuantia corrigitur. De faba aegyptia.

Faba Aegyptia, sicuti nostram magnitudine longe superat, ita et naturam habet humidiorē, magisque excrementitia. Quod si memoria tenes, quod eiusdem generis quidem leguminibus, uerum temperamento humidioribus, et ob id magis quam praedicta, in coctione, excretionē, distributionē, et nutritionē excrementosius, non est quod plura nunc de hac faba audire desideres. cum possis ex his, quod de ea quae apud nos est, didicisti, ad illam transire. De pisibus.

Pisae tota substantia cum fabis quaedam habent similitudinem, eodemque cum fabis modo sumuntur. His duabus tamen rebus ab eis discrepant, tum quod non aequae ac fabae sunt flatulenta, tum etiam quod detergendi facultatem non habent: ideoque segnius quam illae per aluum secedunt. De ciceribus.

Non admodum consuetum est urbanis hominibus ex ciceribus pulvere coferere: à rusticis uero non nunquam uidetur parari: quoadmodum & ipsorum farinam cum lacte elixari. Non enim ut fabae & pisae, possunt comminui, ut ex ipso fracto pulmentum, quod *ερυμνός* dicitur, fiat. Apud multas autem gentes mos est cicera in aqua elixa mādere: nonnulli uero nuda ipsa sola, alij sale modico condientes esunt: nostrates uero ex siccis caseis quiddam farinae simile facientes, id ipsis aspergunt. Est autem cicer edulium non minus quam faba flatulentum, sed ualētius nutrit quam illa. Ad uenerem autem incitat: crediturque etiam esse semine generare: unde quiddam equis admissarijs ipsum exhibet. Inest preterea ciceribus facultas abstergendi maior, quam fabis: adeo ut quiddam ex ipsis, calculos in renibus constantes, manifeste comminuat. nigra autem sunt ea atque exigua, in Bithynia maxime peruenientia, arietinaque ipsa nunc cupant. Satius autem est succum ipsorum in aqua coctum bibere. Vtuntur autem homines & ciceribus, adhuc uirulentibus, antequam sint matura, quomodo & fabis. Nuper autem, cum de fabis ageremus, sermonem fecimus, omnibus immaturis fructibus commune. Eadem porro & de frixis ciceribus audiuisse existima, quod de fabis frixis diximus. Quandoquidem frixa omnia, statim quidem deponunt: uerum difficiliter coquuntur, & uentrem magis sistunt, crassiorisque succi alimentum corpori exhibent. De lupinis.

Hoc quoque semine *πλύνον*, id est, frequentius usus esse nouimus, secundum alteram eius uocabuli *πλύνον* significationem: quadoquidem rem aliquam ita appellat, tum quae multis corporis affectibus conuenit, tum quae omnibus, aut plurimis hominibus est in usu: etiam si utendi ipsa omnibus unica sit necessitas. Secundum igitur hanc secundam significatio-

nem, lupinus legumē est multi usus. Elixus enim, deinde in aqua dulci maceratus ratisper, donec in ea omnem sibi ingentiam exuerit insuauitatem, ita demum maditur cum garo, ac oxygaro, uel etiam sine his, sale mediocri conditus, non quo modo hordeum, et alia quae uarie apparant. Lupini dura ac terrestres est substantia, quocirca ipse coctus sit difficilis, succumque crassum gignat est necesse: ex quo non prope in uenis coactio, crudus proprie appellatus succus a cerua. Ceterum cum inter parandum quicquid habuit amaritudinis, deponat, *πῖς ἀπὸ πῖος*, id est, qualitatis, quae sensu deprehendatur, expertibus similis euadit. Par igitur est, ipsum neque ad deiectionem, neque, ut adstringentia, ad fluxum uentris cohibitionem esse accommodum, sed tarde descendere, & difficulter deijci, ac pertransire. Quandoquidem medicis cibos eius generis sic appellat, qui nullam eminentem habent qualitatem, quae alium ad excernendum incitet, aut ipsum excernere prohibeat. Illae quidem qualitates alimentis insunt, non tantum alimentis, sed tantum medicamentis. Quae uero nulla eiusmodi qualitatem habent manifestam, à medicis quidem iure *ἀπὸ πῖος* appellantur: secundum autem differentiam, quae in humiditate & siccitate, crassitie ac leuore spectatur, accidit ipsis, ut tarde aut celeriter transseant, aut medio modo inter haec duo se habeant: humidis quidem ac lubricis, ut celeriter: duris autem & siccis, ueluti lupino, tarde transseant. Quae uero in memoratis differentijs medium inter haec locum obtinent, nec celeritatem insignem, nec tarditatem in deijciendo efficiunt. Haec ergo quoadmodum de omnibus communiter, & haec nosse oportet, quod omnia scilicet, quae consistunt sunt humidiora, exiguum corpori dant alimentum, quod celeriter in halitum exhaurit ac digerit: ut rursus alio non multo post sit opus. Contra dura & terrestria, perdurabile, copiosum, & quod egre digeratur, corpori dant alimentum. Quod si glutinis quod non nihil habeant, multo haec omnia euidentius efficiunt. Constitit itaque haec non facile coqui, seu utique non facile in sanguinem uerti, nec solidis aialis partibus assimilari: quod si ita est, nec celeriter nutrietur, cum tamen uicta fuerint, alimentum corpori dant copiosum. De foeno graeco.

Semen hoc non tam modo, sed & *βόνης*, id est, bouis cornu, à nonnullis autem *ἀγρίκος*, id est, caprae cornu appellatur. Inter manifestum calfacientia censetur, eundemque hominibus in cibo usum praestat, quae lupini. Sumit enim ipsum cum garo, alui subducere gratia: estque huic rei multo quam lupini accommodatius, cum nihil ex propria substantia habeat, quod transiret remore. Mandatur autem & cum aceto & garo, sicut lupini. Multum preterea & foenum graecum & lupinus, ex uino, garo, & oleo sumuntur: alij etiam panem addunt, eoque obsonio sunt contenti, quod ut uentrem minus subducatur, caput certe (ceu nonnullis foenum graecum ex garo, facere solet) non ferit. Praeterea stomachum non subuertit: nam id quod foenum graecum in quibusdam efficit. Ad eundem autem modum quiddam phaselis & erualis in cibo utuntur, de quibus mox communem omnium eiusmodi sermonem adscribam. Vescuntur autem nonnullis foeno graeco prius quam planta ipsis, semine produxerit, aceto ac garo intingentes: quidam autem oleum adsunden-

† Legendum
forte praeser-
mitur.

adfundentes, eo obsonij uice cum pane utuntur: A sunt qui cū aceto quoq; & garo ipsum mandunt. Caput autem, hoc quoq; sumptum copiosius, ferit: quod faciet impensius, si quis ipsum sine pane sumpserit: quibusdam item stomachum subuertit. Succus autē elixi fœni graci cū melle sumptus, ad omnes prauos humores, qui in intestinis habentur, subducendos est accommodus: suo quidem lentore leniens, calore autem dolorem mitigans. Quod autem absterforiæ facultatis quoq; sit pariticeps, intestina etiam ad excretionē instigat: sed parcus mel ei est admiscēdū, ne mordacitas exuperet. In diuturnis uero thoracis citra febrē affectibus, pingues cum eo palmulas elixare quidem oportet: ubi autem succum ipsum expressum, copioso melli miscueris, ac rursum super carbones ad mediocrem crassitiem coxeris, tum demū longeante cibum uti.

De phaselis & eruiala, quam ὀζυρ appellāt.

Hæc quoq; semina homines, quo modo & fœnum græcum, prius in aqua, quoad radicem producerint, macerantes, uentris subducēdi gratia mandunt ante alios cibos, garo intingētes. Succum autē, cū coctus est, atq; in corpus distributus, habent copiosioris alimenti, q̄ fœnū græcum. Atq; in Alexandria iuuenē quendā noui arti medicæ deditum, qui per annos quatuor singulis diebus solis his pro obsonio utebāt, phaselos dico, fœnum græcum, eruialam, & lupinos. Attigit autem interdū & oliuas ex Memphide, & olea, & paucos fructus, eos, qui citra coctionē manduntur. Propositum enim ei erat, ignem nunquā accendere. Omnibus certe illis annis sanus fuit, nec ulla in re habitu corporis fuit deteriore, q̄ ab initio. Mandebat autem fructus huiusmodi cū garo scilicet, oleum aliquādo solum ei adiiciens, nonnunquā etiam uinū, aliās acetum, interdū uero salem tantum, sicut & lupinos. At de salubris quidem uictus ratione in libris de tuenda sanitate copiose tractauimus: tractabimus autē postea etiā summam in hoc opere. Nunc autem ijs quæ de eruialis ac phaselis dicta sunt, id quoq; addat: hæc edulia medium quodāmodo locū obtinere inter ea, quæ succum bonum & prauum generāt, inter cōcoctu facilia & difficilia, tarde & celeriter trāseuntia, flatulenta & flatu expertia, parum & multum nutriētia. Nullam enim effectricem habent qualitatem instar quorundam, quæ acres, aut austeros [aut acerbos] aut falsos, aut amaros, aut dulces habent sapores.

De cicercula.

Cicercula substantia quidem eruialis & phaselis est adsimilis. Utuntur autem his plurimum in nostra Asia rustici, & potissimū in Mysia & Phrygia, non modo quemadmodū in Alexandria & alijs pleriq; urbibus eruialis & phaselis, sed etiā ut phacoptissanā parātes. Succū autem habent phaselis & eruialis, facultatibus quidē cōsimilem, sed cōsistentia crassiorē. ob eamq; ipsam causam plus aliquanto, quā illa nutriunt.

Galen.

De aracis.

Postremam nominis aracorum syllabam scriptā per c in Aristophanis Holcadibus inuenimus, ubi inquit, Aracos, triticum, ptissanā, aliam, zeiam, lolium, similaginé. Semen hoc cicerculæ semini est adsimile, fueruntq; nonnulli qui putarunt ipsum non esse generis à cicercula diuersi, quādoquidem & usus ipsius omnis & facultas cicerculæ facultati est adsimilis, nisi quod araci sunt duriores, minusq; facile elixantur. quæ causa etiam est, cur cicerculis cōcoctu sint difficiliores. Apud nos autem syluestre quoddam rotundū ac durum, eruoq; exilius, in fructibus cerealibus repertum, quod arachum nominant, non per c, sed per ch ultimam syllabam proferentes, proijciunt, ipsum, uti & semen securidacæ, seligentes.

De dolichis.

Dolichorū nomen à Diocle quidem scriptū est, unā cum aliorū quoq; seminū nos alentium nominibus. Scriptum autē etiā est in libro Hippocratis de ratione uictus, cuius etiā libri antea abunde memini. Existimo autem ipsos sic appellare semen plantæ hortensis, quam nūc uulgo numero multitudinis bifariam nomināt: quidam enim ὀβός, id est, siliquas, alij φασόλας nuncupant, uocem ipsam quatuor syllabis proferentes, eoq; modo nomē diuersum ab eo quod tribus syllabis pronunciatur φασίλας scilicet, efficientes. Sunt qui phaselum eundem cum cicercula esse dicant: alij ipsius speciem. Quod tamē ad dolichos attinet, coniectare quis possit, eos nominari plantas has hortēses, uel ex ijs, quæ Theophrastus in octauo de plantarum historia scripsit ad hunc modum: Et alijs quidem caulis est erectus, ut tritico, hordeo, & omnino frumentaceis atq; astiuis: alijs autem tendens in latus potius, ut ciceri, eruo, lentici: alijs humi procidēs, ut eruialæ, pīso, cicerculæ. Dolichus uero, si ligna longa adfixeris, ascendet & frugifer fiet, alioqui uitiosus atque aeruginosus reddetur. Ex eo autē, quod ligna longa iubet adfigi, affirmatq; nisi id fiat, aeruginosos ipsos reddi, posset quis coniectare ipsum uerba facere de ijs quos nunc phasēolos, seu siliquas appellant. Ipse autem siliquas id appellat, quod semen eorū leguminum, cuiusmodi est lens, eruum, pīsum, faba, ac lupinus, continet. Quemadmodum enim frumentacea semina, spicis: ita memorata iam, siliquis cōtinentur: atq; ipsos quidem dolichos, siliquæ continent: ob eamq; opinor causam, fructum totum uulgo, nunc siliquas nominant: quo modo totos frumentaceos fructus, spicas. Non me fugit alia quoq; multa esse, quibus homines multum utuntur, quæ generis totius nomen sibi adsumperint, ut calamus quo scribimus, & atramentū. In libro autem de ratione uictus, Hippocrates scriptū sic reliquit, Pīsa minus quidem inflāt, sed magis per aluum secedunt: eruialæ autem & dolichi ijs qui dem secedunt celerius: uerū minus sunt flatulenti, & nutriunt affluentius. Cum enim Hippocrates his uerbis pīsa fabis comparet, quarum prius

Tom. 2

b 2 ut cibi

ut cibi flatulenti meminerat: deinde eruulas & dolichos ascribat: in eo significat, dolichon eiusdem esse generis cū prædictis seminibus, & potissimum cum eruulis. Verum cum nullam prorsus cicerculæ, aut phaselii mentionem fecerit, suspicari quodammodo possumus, illorum seminū quoddam licere appellare dolichon. Quod si quis phaselos quoque in cicercularū genere reponat: negare saltem non poterit, quin cicerculæ in prædicta oratione dolichi appellari queant. Nam & Diocles in leguminū catalogo, ut fabas primas recensuit, mox pisa, deinceps ad uerbum sic scribit, Dolichi uero non minus quā pisa nutriunt: præterea flatu similiter carent: quod uero ad suauitatem pertinet, ac deiectionem, uincuntur. Verum is quoque deinceps eruilæ quidem, & lentis, & cicercis, & orobi mentionem faciens, cicerculæ autē nomen prætermittens, eandem præbet dubitationem. Diocletamen quis possit, omnia hæc eruilas, cicerculas, phaselos, unum esse genus, uerum pluribus nominibus appellari, ut *λευκὰ καὶ εὐρύα* [nā utrūque nomen columnam significat:] fortasse autem propter quasdam differentias, quæ in ipsis apparent. Veruntamen quod dolichi non minus pisib; nutriant, tum quod æque ac pisa flatu careant, indicio esse debet, Diocletæ dolichos appellasse, quos nūc phaselos nominant. Siquidem cicercula nō magis quā pisa flatu carent, quæadmodum nec eruila, nec phaselus: siue hæc, ut dixi, unū genus: siue unius generis sint differentia. Philotimus autem & Praxagoras nullius ciborū huiusmodi meminere, nisi fabarum duntaxat, & pisorū: quā obrem nihil ex illis, quidnam dolichorum nomine significetur, possumus colligere. Itaque uocet quisque, quo libeat nomine, quos nunc uulgo phaselos & siliquas appellant, dū sciat ea talem obtinere facultatem cuiusmodi Diocles dolichis attribuit. Ad cuius sententiam Hippocrates in libro de ratione uictus prope accedit, cum inquit eruilas & dolichos facilius deijci quā pisa, ac minus inflare: præterea alere ipsos testatur. nam ita res habet, nisi quod integros & etiamnum uirides unā cum suis siliquis ex oleo & garo, ut plurimū homines mandunt, nonnulli autem uinū etiam adijciunt. Sed eos, ut pisa non reponunt, propter humiditatem copiosiorē: cuius occasione solent corrumpi. Quod si quis eos quoque secure uelit reponere, sicuti pater meus faciebat, siccare ipsos penitus, oportet. Sic enim hyeme tota manēt impures & corrupti, eundem nobis usum, quem pisa præstantes. Quidam meorum amicorum Romæ agēs, mihi narrauit in Caria in patria sua quā Ceramum appellabat, in agris dolichos nō aliter quā alia legumina seri, figuramque eos habere cicerculis longiorem.

De orobo, id est eruo.

Boves tū apud nos, tū apud alias plerasque gentes, eruum prius in aqua dulcoratū pascuntur: homines uero ab hoc semine prorsus abstinent. Est enim insuauissimum, & prauis succis. In

magna tamen fame, quæadmodum & Hippocrates quoque scripsit, necessitate coacti, ad ipsum nonnunquam accedunt. Nos uero ad eundem modum quo lupinos præparantes, orobis cū melle utimur ceu medicamentis crassas thoracis ac pulmonis humores expurgantibus. Porro inter orobos, albi minus sunt medicamentosi ipsi, qui ad flauitū aut pallorem recedunt. Qui uero cocti bis fuerint & in aqua identidem dulcorati, insuauitate quidem deponunt, sed unā etiā cum ea abstergendi & incidendi facultatē, ut sola in eo relinquatur terrefactis substantia, quæ substantia alimentum fit, quod citra insignem amarorē deieccandi uim habet.

De sesamo & erisimo.

Sesami semen pingue est, ideoque repositum celerrime fit oleosum: quam obrem eos, qui ipso uelcuntur, celerriter implet: stomachumque subuertit, ac tarde concoquitur, pingueque corpori præbet alimentum. Liquet ergo quod uetericuli partibus uigore ac robur addere nequit, quæadmodum neque aliud quoduis pingue. Est autē crassus succi, ideoque non propere peruadit. Ipso autem solo non admodum uelcitur, sed cum melle crudo, quas uulgo *ουσακιδας* uocant, effingentes. Panibus etiam inspergitur: porro quemadmodum milio panicum (quod etiam *μυλινω* diximus appellari) ad simile quidem quodammodo est, uerum undequaque deterius: ad eundem modum & sesamo erysimū corporis substantia quodam pacto est affine, sed in cibo est insuauius, corporique alimentū parcius exhibet, prædictoque omnino est deterius. Cæterum utrunque temperamento est calidum, ob eamque causam situm etiam excitant.

De papaueris semine.

Satiui papaueris semē panibus utiliter ceu condimentū inspergitur, non secus ac sesamum: uerum album nigro præstat. Refrigerandi autem habet facultatē, ideoque somniferū etiā est. Quod si sumptum liberalius fuerit, nō somnum modo, sed soporē etiam (quem Græci cataphoran nominant) inducet, ægreque concoquetur. Inhibet præterea, quæ ex thorace ac pulmone tussis expuntur. Confert uero ipsi, qui catarrhis fluxu tenui à capite defluentibus infestantur. Corpori autē nullum commemorabile præstat alimentum.

De lini semine, quod etiam composito nomine linospermon dicitur.

Nonnulli frixo quidē ipso ut obsonio cū garo, nō secus ac facitio sale utuntur: utuntur autē & melli permiscētes: quidā panibus quoque ipsū aspergunt. Stomacho autē noxiū est, & coctū difficile, exiguumque alimentū corpori exhibet. Quod uero ad ueteris deiectionē pertinet, ipsum nec probaueris, nec uituperaueris: exigua tamen mouenda urinæ habet facultatem, quæ magis apparet, cū frixum sumitur. Tunc autem alium quoque magis sistit. Rustici autem homines eo utuntur sæpe numero, frixo tusoque mel admiscētes.

De ormino.

Hoc quoque frixo utuntur, deinde eatenus læuigant,

uigant, ut farina euadat, mel quoq; ei admiscant. Parū in seipso habet alimentū, ut quod mediā inter erysimum & cuminum sit naturā.

De cannabis semine.

Non quēadmodum planta ipsa cannabis, ut tici quodammodo est similis, ita semen semini facultate est simile, sed plurimū ab eo dissidet, ut quod concoctū est difficile, stomachoq; ac capiti noceat, paruūq; sit succi. Sunt tamē, qui eo quoque friso cū alijs tragematibus uescantur. Tragemata autem uoco ea, quę post coenam, uoluptatis inter bibendū excitant, & gratia manduntur. Multum autem calefacit, ideoq; sumptum paulo largius, caput ferit, uapōrē sursum ad ipsum mittens calidum simul ac medicamentosum.

De uiticis semine.

Id semen etiam ipsum per se frixum manditur, crediturq; appetitus uenereos inhibere; alimentum autem corpori prabet exiguum, idq; siccat ac refrigerans: status autem ualde dissipat, quorū omnium occasione, ijs, qui à uenere puros se seruare uolunt, est accommodum; unde & nomen casti aiunt ipsi fuisse impositum. Cæterum caput non ferit, quo modo cannabis.

De aphace & uicia.

Horum seminum figura non est rotunda, ut luti fabarum, sed aliquanto latior, quo modo lentium. Hęc quoq; cū ipsis siliquis atq; intergra planta rustici reponunt, ut brutis pecudibus sint pabulo. Per famem tamē, quosdam noui, qui hęc quoq; comederint, potissimū uere, cū etiam cū uirent, quēadmodum fabas, & eicera esitare consueuerunt. Sunt autem nō insuauia modo, sed concoctū etiam difficilia, aluumq; inhibent. Perispicum ergo est, qd cum natura sint eiusmodi, alimentū, quod ex ipsis distribuit, habent haudquaquā boni succi, sed crassum, atq; ad succū melancholicum gignendum, idoneū: ceu prius de lente diximus. Verum illi quidē multa bona insunt, his autē nihil bonorum illius adest. Cæterū uicia nomen apud nos quidem est tritū, eoq; solo nomina tur: Attici uero σάπρωσιν aut fabā appellant.

De seminibus alienigenis, quæ in quoq; genere permixta reperiuntur.

In tritico quidem frequens lolium sæpe inuenitur: in hordeis uero reperitur, sed paucum: quā autem ægilopem appellant, ea in hordeis frequē inuenitur, cum prima generatio uel incrementū ipsis non recte successerit. Porro pater meus ætate iam declinante cū agricultura delectaretur, triticum, ac hordeū aliquando seminauit, omnibus diuerſi generis seminibus, quæ ipsi erāt admixta, diligenter selectis, quo certo cognosceret, nū ex ipsorum mutatione lolium & ægylops nascerentur, an propriam hęc quoq; semina naturā haberent. Cum autē forte unā cum puris seminibus in tritico quidem frequens lolium, in hordeo autē parum, sed magnam ægilopis uim enatam conspiceret: in alijs quoq; seminibus itidem experiri est aggressus. Reperit igitur in lente quoq; ex muta-

Galen.

tionē ipsius durū rotundumq; aracum, & securinum, semina non uesca enata: præterea aparinen, quæ non modo non esculenta est, sed plantæ lentis dum allurgit, undiq; implexa ipsam strāgulat, ac suffocat, & detrahit, non aliter qd eruangina eruum, perniciosissima igitur sunt hęc semina. Melampyron autē nuncupatum, ex tritici quoq; mutatione generatur, sed prauitate qd plurimum à lolio relinquitur. Deprehendit autem alia quoq; semina similiter immutari. Proinde ijs, qui seminibus ijs salubriter uti uellent, præcepit, omne quod prauum esset, seligerent, neq; id pro nihilo ducerēt, ut pistorēs, qui populo publice inseruiūt. Etenim cum anni constitutio praua aliquādo fuisset, lolium assatim tritico innasce contigit: quod cum neq; agricolę accommodatis ad eam rem cribris, exacte purgassent, neq; pistorēs, quod paucus esset tritici proventus, statim quidē multis caput dolere coepit: ineunte uero ætate, in cute multorum, qui comederant, ulcera, aut aliud quoddam symptoma, quod succorū prauitatem indicaret, est subnatum. Non igitur oportet nos, in purgandis seminibus, quæ ad esum comparantur, esse negligentes: persuasos, etiam si noxā, quæ quotidie fit, ob exiguitatem sensu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipsa aceruatur, tandem erupturum.

GALENI DE ALIMENTA

TORVM FACULTATIBVS

liber secundus

MARTINO GREGORIO

INTERPRETE.

Vm à plantis & animalib. sumamus alimenta, qui autem ante me fuerunt omnes, in ijs quæ de alimentis scripserunt, à cerealibus nuncupatis seminibus initium sumpserint, propterea

quod panum esus inter ipsa est utilissimus: ob eā causam, ego quoq; de tritico, hordeo, typha, olyra, ad hęc de ijs quæ legumina ac chedropa appellant primo libro tractaui. Deinceps autem hoc libro ad alia alimenta quæ à plantis: post autem ad ea, quæ inter illa, quæ ab animalibus sumuntur, hominibus sunt utiliora, est transeundum. Nam id æquum mihi esse uidetur: fueruntq; nonnulli, qui haudquaquā omnibus congeneribus prius explicatis, neq; alimentis omnibus, quæ à plantis sumuntur, post cerealia semina, subditis, de illis prius semper tractarūt, quæ maiore hominibus adferūt utilitatē. Nulla certe, & hęc dīna, & caprina, & uulīna, & bubula, & ouilla, & his nihilominus, quæ uenatores in montibus aucupantur, magnū usum præstare hominibus cernunt, quēadmodū certe & uolucra pleraq; & aquatilia. Verū cum reputassem genera omnia uno libro cōprehendi non posse, nihil magnopere interesse sum arbitratus, ex ijs alimentis, quæ prædictis supersunt: in secundo quidē uolumine, quæ à plantis: in tertio

Tom. 2

b 3 autem

autem, quæ ab animalibus sumuntur, persequi. Licet enim cuius qui opusculum (in quo alimentorum facultates, quibus maxime uti uelit, sunt traditæ) ad manus habebit, nunc primum, nunc secundum, tertiumue librum euoluere. Ut igitur sermo omnis de plantis primis duobus libris absoluitur, ad ea quæ dictis ante super sunt, aggrediens, hinc auspicabor. Omnia edulia, quæ primo libro fuerunt memorata, plantarum erant semina; nunc uero à fructibus exordiens, in primis à seminibus eos distinguam, eo magis, quod plerique crediderunt nihil interesse, siue semen dicas, siue fructum. Quæ igitur semina modo retulimus, exiguum quiddam à fructibus discrepant; ab his uero, quæ nunc memorauimus, non mediocriter dissident. Etenim fici fructus, sunt ipsæ ficus: quod uero in ipso est *λεγγα* *μυς* Græcis dictum, semen est fici: sicut & acinus, totius uitis est fructus: solum autem *πυραγρον*, uitis est semine. Pari modo & piri & mali fructus est, pirum ac malum: semen autem, tria aut quatuor grana, quæ in ipsis medijs habentur. Quid iam loquar de cucurbitis, & cucumeribus, & his ipsis maturis, aut immaturis? aut quid reliqua huiuscemodi omnia commemorem? quamplurimum enim totus fructus à semine discrepat. Cæterum in fabis, lupinis, dolichis, lente, & alijs id genus seminibus, quæ siliquis obuoluuntur, quod quidem ex siliqua semineque est compositum, est fructus: plurima tamen substantiæ pars in seminibus inest. Porro aliorum propemodum omnium, quæ primo libro memorauimus, semen solum manditur: solius autem dolichis, dum adhuc uirescit, fructus integer estur: ubi enim exaruerunt siliquæ, quæ semina ipsa continent, hominibus sunt inutiles: fabarum autem utridum siliqua non est esculenta, quæadmodum neque ciceris, neque aliorum quæ Theophrastus uocare solet elloba, id est siliquata. iure igitur dixi uulgo lobos, id est, siliquas nominari, quos nonnulli phascolos nuncupant: quod sola ipsorum siliqua sit uescia. Verum de ipsorum quidem facultate prius diximus: ueluti etiam quæ ueterum nonnullos existimo phascolorum nomine dolichos comprehendisse. Cæterum plantarum fructus ab arboribus sumuntur, & oleribus hortensibus, inter quæ quidam medicorum pepones, melopepones, & cucurbitas recensent: à quibus hoc libro docere incipiam.

De fructibus fugacibus, quos Græci *ἀγανισ* nuncupant.

HOræ, anni Græci id tempus appellat, in cuius medio caniculæ exoriri cōtingit. Tempus autem id dierum est quadraginta: quo tempore omnes homines, quos uocat, fructus constant: nonnulli iam declinantes, alij incipientes, alij in suo uigore, aut ultra uigore, aut citra cōsistentes. Vocant autem ipsos *ἀγανισ*, non quod id solum temporis sint, sed (ut mea fert opinio) quod ipsos, ab his, qui ad reponendum sunt idonei, distinguant: quando & triticum & hordeum, & omnia quæ in primo libro explicui, æstiuam atque anniuersariam habent generationem, sed non cito corrumpuntur, quo modo cucurbita,

pepones, melopepones, persica, & alia id genus. Quæ si quis in hyemem seruare uolens, excata reposuerit, eo modo ueterem naturam in contrarium immutabit. Nonnulli certe è cucurbitis semine uacuant, deinde ipsarum uelut carnem siccantes, in hyemem quidem reponunt: utuntur autem omnes ipsa magis, quam alio quouis fructuum esculentorum, quæ ceteris fructibus sint aridiores ac sicciores. Non tamen tritici, neque hordei, neque aliorum eiusmodi cerealiarum seminum, cum sunt reposita, natura in contrarium cedit. Manent enim suis substantijs talia, qualia erant, cum iam inde ab initio æstate fuerunt perfecta. Illud autem perspicuum est, quod quæ corpus habet compactum, quæadmodum habitum ipsius habent perdurantem, ita solidum ac terreum, & ob id multum nutriendum. Quæ uero consistentia sunt humida, corrumpuntur, exiguumque habent alimentum, & quod facile è corpore excernatur, quæ causa etiā, cur eiusmodi promptius, quam solida per alium deiciantur: & potissimum, cum nitrosum quippiam ipsis inest, ac tergendis facultas. (cuiusmodi fructus quosdam fugaces habere ostendimus commemorabilem) quæ prauioris etiā succi esse perhibemus his, quæ nullam saporis qualitatem habent sensibilem, quomodo aqua optima nullā habet. Hæc igitur omnia, & his multo magis, quæ ante exactam maturitatem mandimus, flatulenta quidem sunt: uerum subducuntur celerius: quæadmodum etiam, quæ succum habent tenuem, citius distribuuntur. Sunt autem omnia hæc prauis succi: solusque is utiliter ipsis utetur, qui æstu uehementiore & longiore itinere sese confecerit: tunc enim uiuant, corporis squalorem humectantia, & si frigida sumantur, moderate refrigerantia. Etenim humectandi quidem semper habent facultatem: refrigerandi uero haudquaquam habebunt, si calida, sic, ut dixi, affecti fuerint elitata. Non enim proprio temperamento adeo sunt frigida, ut etiā si calida sumpta fuerint, uentriculum refrigerent. Quare ascititia egent refrigeratione, quæ partium, quæ tunc ad uentriculum, tunc ad hepatis pertinent (quibus primis occurrunt) calori aduersetur. His itaque de omnibus eiusmodi edulij, prius in uniuersum constitutis, nunc ad proprias cuiusque facultates transibimus.

De cucurbita.

CRuda quidem insuauis est, stomachumque ledit, & concoctu est difficillima: adeo ut si quis alterius cibi inopia, cucurbitam mandere coactus fuerit, (ut quidam iam est ausus) pondus frigidum uentriculo incubere sentiat, stomachumque habeat euersum, ac uomitur, quo solo uomitu à prementibus symptomatibus poterit uindicari. Hanc igitur & alia fugacium plerique, aut postquam elixa fuerint, aut statim certe, aut in sartagine frixa, aut assa, omnes homines esse consueuerunt. Atque sermone hunc perpetuo memoria teneto. est enim omnibus communis, quæ per ignem alterare est necesse. Cucurbita autem (de qua dicere institueram) elixa, nullam euidentem saporis habet qualitatem: nisi quis dicat quendam etiam esse saporem, qui neque

acris

acris est, neq; falsus, neq; acerbus, neq; amarus, neque aliud quidquam eiusmodi manifeste representat, ueluti nec ipsa aqua. Verum huiusmodi omnia comuni nomine uocare consueuerunt *ἔπεια*, id est, qualitatis expertia, uoceturq; nobis sic, clario-
ris doctrinae gratia. Cum ergo talis sit cucurbita, non immerito multos apparandi modos admittit; ut quæ in medio sit omnis excessus; ob idq; ad quæuis excessum ex æquo duci queat. Quandoquidē nihil eorum quæ congenitum quempiam habent excessum, in contrariā excessui parandi rationem facile ducitur. Proinde cucurbita, quantum in se est, humidum frigidumq;, & ob id exiguum corpori præbet alimentum, ut paulo ante de ijs omnibus quæ succum habent aqueum ac tenuem, præcepimus; facile autem subidet, cum ob sue substantiæ lubricitatem, tum ob communem omnium ciborum humorū rationem, qui scilicet citra adstrictionem sunt humidi. Ad hæc coquitur non egre, si modo prius corrupta non fuerit. Id uero illi accidit, cum parata uitiose fuerit, aut succus prauus in uentriculo fuerit ac ceruatus; interdum autem quod in ipso cessauerit; quod alijs quoq; omnibus fuga cibis, quæ humido sunt temperamento, solet accidere. Corruptuntur enim in uentriculo, ni celeriter occupent subsidere. Quemadmodū igitur cucurbita, quantum in seipsa est, succum qui in totum corpus alendi gratia distribuitur, habet qualitatis, ad sensum, expertem; ita cum alicui eorum quæ uehementem habent facultatem, mista fuerit, facile illi adsimilatur; ut si cum sinapi sumpta fuerit, succus qui ex utroq; in corpus distribuet, acris cum manifesta caliditate erit. Eadem ratione, si cum falso quopiam mīsa fuerit (ut quidam in patinis cum falsamento struunt) succum in corpore falsum generabit. Est autē sic apparatus, cibus suauissimus, si falsamentum ex ponticis illis fuerit, quæ *μῆλα* appellant. Quod si cum malis cydoneis elixa, conditaq; ut decet, fuerit, succum austerū in distributione habebit prepollentem. Asa autem, uel frixa in sartagine, quā plurimum quidem de propria humiditate deponit, reliquum autem ipsius nullam insignem obtinet facultatem, uti nec cum in iure simplici parata fuerit. Cæterum ob aqueam qualitatem sibi innatam merito gaudet origano. Omnia enim eiusmodi succis acris, uel acidis, uel austeris, uel falsis admisceri postulant, si modo in cibo suauia sunt futura, & ijs, qui usi fuerint, nauisam non sunt paritura.

De peponibus.

VNi uersa peponum natura frigidior est cum humiditate copiosa; habent autē uim quamdam abstergendī, cuius beneficio urinam cient, et deorsum expeditius, quā cucurbita, melopeponesq;, permeant. Quod porro abstergeant, intelliges, si sordidā cutem ipsis fricueris. Quam ob rem si quis *ἐφελυ*, aut lentes in facie habeat, aut *ἐλφός* extimos & in superficie, hos quoq; deterget; semen tamē potentius, q̄ ipsorū uelut caro, deterget, adeo ut uel aduersus renes calculo infestatos

conueniat. Succū autē in corpore gignit uitiosum, idq; potissimū, cum concoctum probe non fuerit. Quo casu cholera morbo obnoxios efficere consueuit. Quinetiā priusquā corruptū fuerit, ad uomitum quoq; est idoneus; largiusq; sumptus (nisi quis post ipsum aliquid eorum quæ probi sunt succi, super mandat) omnino uomitū excitabit. Illud porro perspicuū est, homines in hoc quoq; fructu appellationē fecisse, quo modo in atramento, quo scribitur, quod *μέλαν*, id est, atramentū appellant. Nam uox hæc *πέπων* uelut *πέπωνος*, hoc est, maturū significat, quod alijs quoq; quæ maturæ sunt, cōuenit. Nam & racemus, cum exacte est maturus, dici potest *πέπων*, quemadmodū certe & cum nondū maturuit, non potest nominari *πέπων*, nimirū qui crudus est et immaturus. Ad eundem modū & fructus omnes autumnales, & pira, & cucurbitæ *πέπιδες*, id est, matura uocari consueuerunt, quemadmodū & melopepo, qui in se ipso *πέπων*, id est, maturum continet; unde medici quidā non simpliciter nominare uoluerūt peponas, sed totū id *συκκοπέπων*, id est, peponē cucumeralem nominari oportere cōtenderunt. Nos uero in presenti sermōe de eiusmodi nō laboramus, ut quæ ad medicinā nihil cōferāt; multo enim satius est, rem dilucide interpretari, q̄ huiusmodi anxia disquisitione, doctrinā obscurare. Tum porro clarissime explicabimus, cum uocabula uulgo maxime usitata eligētes, ipsorū significationes serauerimus.

De melopeponibus.

Melopepones minus quā pepones sunt humidi, nec adeo prauī sunt succi, minus item urinas mouent, tardiusq; deorsum descendūt. Ad uomitum præterea excitandū, non tantum, quantum pepones, habent momenti, sicut nec celeriter adeo, ut illi in uentriculo corrumuntur, cum prauus humor in eo collectus fuerit, aut alia quæpiā corruptionis causa ipsum prehenderit. Cæterum tametsi in iuuando stomacho, autumnalibus fructibus lōge sunt inferiores, haudquaquam tamen ei, ut pepones sunt noxi; neque enim uomitum, ut illi excitant. Huc accedit, quod in peponibus homines à carne intima, in qua semen habetur, abstinent; in melopeponibus autem mandunt, idq; ipsis ad deiectionē confert. Qui uero eorum quæ si carne tantum uescuntur, nō tam cito eam ac peponum excernunt.

De cucumeribus.

Vrinam quidem & ipsi, quo modo pepones, cient, sed minus quā illi, quod ipsorū substantia minus est humidat; ideoq; non facile, ut illi, in uentriculo corrumuntur. Inuenias autem, qui ipsos (ceu alia multa quæ homines plerique conquire nequeunt) concoquant, ob naturā scilicet cum eis familiaritatē, quam nos tum in commentarijs de temperamentis, tum autē in libris de medicamentorum facultatibus, copiosissime exposuimus: demonstrantes, à totius substantiæ proprietate, suum cuiq; animantiū generi cibum esse familiarem; asinis quidem & equis paleam, fœnū, hordeum, ac id genus alia; leoni autem crudas ani-

malium carnes; hominū has omnes coctas, tum A
panes ex fructuaceis seminibus, ut diximus, con-
fectos, atque & elleboro conturnices: et cicuta stir-
ni citra noxam uestuntur: ceu utique eruo boues.
Porro quæ cuique coctū facilia, aut difficilia sint ali-
menta, aut ex substantiæ proprietate, aut aliquo
symptomate, per experientiam sunt discernenda.
Quid autem sibi uelit quod dico, ex aliquo sym-
ptomate, primo libro id exposui. Quandoquidem
quibus biliosus humor, aut omnino prauum excre-
mentum quoduis in uentriculo sæpe congeritur;
in ijs quæ natura coctū sunt facilia, celeriter cor-
rumpuntur: ueluti hominibus quibusdam, qui ca-
lorem natium habent non humidum, neque bene
temperatum, sed squalidum atque igneum. hi enim
quæ alij facillime concoquunt, facile alterata ea cor-
rumpunt, ructusque eis accidunt nidorulentis. Cate-
rum illud perpetuo memoria teneto, quod etiam
siquis eorum quoduis, quæ alij concoctū sunt diffi-
cilia, coxerit: succus tamen, qui ex eo in corpus di-
stribuitur, eadem retinet naturam. Nam fieri non
potest, ut succus qui ex pepone distribuitur, cras-
sus ac terreus fiat, etiam si is coctus pulcherrime
fuerit: quemadmodum nec qui ex lente, aut hibu-
la distribuitur, euadet unquam aquosus ac humi-
dus, quem sanè & consistentia tenuem appellant.
Id autem plurimum habet momenti, non modo
ad sanitatis custodiam, sed etiam ad morbi declina-
tionem, ut alibi demonstratum nobis est, & nunc
rursus summam præcedente sermone, repetemus.
Ergo qui cucumeres belle concoquunt, cum eo
ipso si affatim ijs se impleuerint, ijs tandem lon-
go temporis tractu accidit, ut succus frigidus ac me-
diocriter crassus in uenis coaceruetur, quæ in ea
coctiōe quæ fit in uenis, haud facile mutationem
in probum sanguinē recipiat. Ob eam igitur cau-
sam, omnibus prauū succi edulij censeo abstinendū,
etiam si ea quibusdam concoctū sint facilia.
Nobis enim non aduertentibus prauus succus ex
ipso post longum tempus in uenis colligitur: qui
postea exiguum ad putrendum occasionē nactus,
febres malignas accendit.

De fructibus qui ex arboribus colliguntur.

Pra sanè, & poma, & ficus, persica, punica, &
id genus alia, fructus sunt arborū, quibus ho-
mines uestunt. Sunt & præter hos alij, quibus ho-
mines non uestuntur, de quibus in præsentia dice-
re, non est institutum. In uniuersum autem ac com-
muni ratione, de fructibus, quibus homines uestun-
tur, scire oportet: humidos quidem, tenue huius-
modique ex se distributum alimentū corpori præbe-
re. Quam rem omnino consequi, ut eiusmodi ali-
mentum celeriter corpus totū permeet ac perua-
dat, excernaturque tum per cutim, tum per urinas.
Proinde omnia eiusmodi cibaria medici rite affir-
mant pauci esse alimentū. Contrā autem in solidis
consistentia fructibus habet: ex ipsis enim alimen-
tum copiosius corpori adponitur, tardiusque per-
meat, maxime cum succum in seipsis habent cras-
sum, aut lentum, aut adstringentem.

De ficibus.

Quod omnibus quidē non modo autumnali-
bus fructibus, sed & ijs, quos fugaces appel-
lant, est cōmune, id ficus quoque habet. Non enim
potuerunt succi prauitatē effugere, tametsi minus
quam fugaces omnes ipsius sunt participes. Verū
hæc ipsis insunt bona, quod uentrē prompte per-
meent, & quod facile totum corpus peruant. Nam
& abstergerendi quoque insignem habent facultatē:
quod fit, ut post ipsarū esum nephretici multas are-
nulas excernant. Præterea, cum omnes autumnales
fructus exiguum corpori præbeant alimentum,
id omnium minimū ficibus usu uenit. Carnem ta-
men non cōpactam, neque firmam generat, ceu pa-
nis, & suilla: sed sub laxam ac sub inanem, ut fabæ.
Flatibus tamen hæc quoque uentrē implent, essentque
eo nomine admodū dolorifica, nisi etiam celerē de-
scensum essent adeptæ, cuius beneficio celeriter
peruadentes, status quem excitant, non diu manet;
atque in eo minus ceteris fructibus autumnalibus
lædere cōsueuerunt. Caterum maturæ ficus im-
maturas non mediocriter antecellunt: quod &
in alijs quidem omnibus fructibus cernitur, non
tantum tamen in eis est discrimen. Nam quæ ficus
prorsus sunt mature, nihil propemodum omnino
lædunt: quo modo nec caricæ. quæ multiplicē qui-
dem habent utilitatem, si quis tamen largius esita-
uerit, ab eis offenditur: quandoquidē sanguinem
non admodū probum gignunt: quod fit, ut ex ipsa-
rum usu pediculorum multitudo proveniat. Ha-
bent etiam tenuandī facultatem & incidendī, quæ
uentrē quoque ad excretionē irritant, renesque ex-
purgant. Iecori autē liechi in inflammatione obsessis
sunt noxiæ, quemadmodū & ficus, non peculiari
quadam & eximia facultate, sed cōmuni ratione
dulcium omnium ciborum ac potuum: obstructis au-
tem illis, aut scirrhi adfectis, ipsæ ex sese nil com-
modant, nec officiunt: sed medicamentis inciden-
tibus ac extenuantibus & abstergentibus mistæ,
non mediocriter iuuant. Proinde nonnulli medi-
corum in dictis lienis ac hepatis affectibus, exhi-
bent ipsas longe ante cibum cum thymo, aut pipe-
re, aut zingibere, aut pulegio, aut satireia, aut ca-
laminthe, aut origano, aut hyssopo. Ad eundē au-
tem modū, si caricæ cum alio quopiam eorum, quæ
facultatē habent acrē, aut omnino incidendī ac ex-
tenuandī, assumant, iuuabūt non solū sic affectos,
sed etiā sanos. Siquidē iecoris meatus, per quos ferē
alimentū, apertos esse non egrotis modo, sed sanis
etiā est tutissimū. Ad eum igitur modum uulgo
ficibus cum sale tenuato, aceto, & garo præpara-
tis, uestuntur, quod ipsas utiles esse experientia didi-
cerint. Verisimile autē est, ipsorum nonnullos medi-
ci cuiusdam cōsilio impulsos, ad edendas ipsas ac-
cessisse: deinde eam notitiā ad uulgus dimanasse.
Qui uero cum cibo aliquo crassi succi caricæ fu-
cusue mandunt, non mediocriter offenduntur.

De uuis.

Ficus & uua quæadmodū inter fructus autum-
nales principatū obtinet, ita fugacibus omnibus
magis

magis nutriunt, minimūq; prauī succi habent, præ A
fertim cum exactam maturitatem fuerint adeptæ.
Porro q̄ ipsa nutrant, maximo argumēto sunt ijs
qui uinearum fructum custodiunt, qui cum duos
menses solis uuis ac ficibus, quorū custodiæ præ
sunt, uescantur (nisi forte panis quidpiam cum il-
lis addant) corpulenti tamen admodū fiunt; at ca-
ro, quæ ex ipsis gignitur, haudquaquam est firma
ac densa, quemadmodum ea, quæ ex carnibus fit;
sed laxa est ac præhumida; ob id celeriter etiā, cum
uesci ipsis desierint, confringitur ac confidet. Ve-
rum uix minus alunt q̄ ficus, maximumq; id ipsis
inest cōmodum, quod uelociter subsideant. Quo-
circa, si quando hæserint, grauiter lædunt, cum id
maturis ficibus non insit. Hæ enim etiā si non
magnopere deorfum concedant, modo probe in
uentriculo coctæ fuerint, alimentū corpori dant in
noxium, quorum neutrum uuis adest, neq; enim re-
tentæ belle coquuntur; & dum in iecur ac uenas di-
stribuuntur, succum crudum generāt, qui non fa-
cile in probum sanguinē mutetur. Nam acinorū
substantia composita est ex ipsarum uelut carne et
humore, qui per carnē est dispersus, ex quo fit ui-
num; præterea ex seminibus, atq; ex membranoso
tegumento, quod omnia hæc extrinsecus circum-
ambit. Cæterum seminum quidem substantia sic-
ca est, & quodāmodo adstringēs, omniaq; intesti-
na peruadit, nihil, quod sensu deprehendi queat, a
se se mutata, nō secus ac in ficibus *λεγαμίδες*. hæc
enim in utroq; fructū proportionē inter se respon-
dent, cū utrunq; totius plantæ sit semen, permeetq;
non alteratum, non in chylum uersum, nulla deni-
que in re immutatū. Est & proportio quædā in te-
gumentis utrunq; fructū continentibus, quæ ipsis
eum usum præstant, quem cutis animalibus. Exi-
guam autē tegumentū id recipit in uentriculo mu-
tationem; quod fit, ut quidam cum ipsum & omne
id quod intus habetur, suxerint, unā cum semini-
bus expuant; quæ & ipsa nonnulli conātur expue-
re, potissimum cum acini grandes fuerint; nam in
exilib, id factū est difficile. Liquet porro q̄ alius
magis laxatur, si sola acinorū caro cum succo fue-
rit transglutita sine seminibus ac membrana extrin-
secus ambiente. Laxatur autem impēsius, cum so-
lus ipse succus expressus (mustū uulgo appellāt)
fuerit transglutitus, qui uentrem, ni uelociter per-
transseat, flatibus nonnihil implet. Ex hoc fanē ali-
menti nonnihil corpori accedit, copiosius tamen
ex carnea substantia; eoq; accidit uuas quasdā nu-
trire magis, quā deijci: contrā, alias promptius
deijci, quā nutrire. Ergo quibus exiguus est suc-
cus, magis nutriunt: quibus uero est uberior, mi-
nus quidem nutriunt, sed promptius subsidēt. Vo-
cant autem uuas eiusmodi generosas, in quib. aci-
ni humidam quidem substantiam habent exiguam,
solidiorem autem nō paucam, quam ceu carnem
acini esse diximus. Atque ijs utunt, eas uarijs mo-
dis autumnō reponētes. Etenim in mustum ipsas
conijciūt, impletasq; ijs nouas ollas in uinaceis re-
condunt. Voco autem uinaceos, solidas uuæ reli-

quias, cum in torculari succus ipsius omnis p̄for-
sus expressus fuerit: quas etiā homines in dolijs
componunt, stipantes ipsas ualide ac constringen-
tes: appellātq; id ipsum *πύρα*, id est, fecē, quod
ego uinaceos appellauī; nomine autem *σεμίδα-
λον*, id est, uinaceorum, acinorum radicem, quæ
ex palmite enascitur, appellant, quam nos *βότρυ-
χον* nominamus, unde acini ipsi pendent. In hanc
igitur *πύρα* ollas nouas uuis refertas, condunt,
operculis exacte obturantes, ne alicunde diffen-
tur, et quā operculum cum olla committitur, pice
illinunt, perspiratus omnes obstruentes. Ipsam au-
tem ollam esse oportet ex luto suaueolente & per-
fecte assato. Huiusmodi certe uua, uentriculum
dissolutum roborans hominibus cibum fastidien-
tibus, appetentiam excitat, non tamen per aluum
subsider: & si sumpta largius fuerit, caput ferit;
quæ in musto conditur, magis adhuc quā hæc,
caput infestat: pensilis uero nihil prorsus caput læ-
dit, uentrem autem nec sistit, nec ad deiectionem
irritat. Eodem autem modo se habet & ad appē-
tentiam, ut quæ nec imbecillam excitat, nec tor-
tem dissoluit. Porro aliarum uuarum ea concoctu
est facillima, quam dixi homines in musto & ui-
nacijs, in totum sequentē annum usque ad secun-
dam uindemiam reponere. Quæ autem ex ipsis su-
spenduntur, quum inaruerint, sunt inutiles, aliæ
quidem statim ipso uere, aliæ uero omnino saltem
æstate. Non parua autem est inter uuas differen-
tia, quod aliæ sint dulces, aliæ acidæ, aliæ austē-
ræ, aliæ denique quæ nullam uehementē habeant
qualitatem: uocāt autem ipsas uinosas. Cæterum
quæ dulces sunt, succū habent calidiorem, ob id
sunt sitibundæ: austēræ uero & acidæ frigidiorē
uinosa autem locum inter calidum ac frigidū me-
diū obtinent. dulces item aluum subducunt, &
maxime si sint humidæ: acidæ, austēræq;, nō huius
modo rei, uerum etiā coctioni in uentriculo, di-
stributioni, ac nutritioni sunt noxiæ: acidæ certe
etiā si exactam in ipsa uite maturitatem adeptæ,
suspendantur, ne sic quidem dulcescunt: austēra-
rum autem quædam, si suspensæ diutius fuerint,
dulciores redduntur: acerbæ uero ut acidæ, etiā
si suspensæ fuerint diutius, mutationem in dolci-
us nunquam poterunt assequi: quocirca ipsarum
usus perpetuo est cauendus. Omnium quidem cer-
te usus (si quis moderate sumat) est tutissimus,
quum uuæ natura fuerint carnosæ, ac maturæ.
Quæ uero nullam austēram qualitatem, uel aci-
dā præ se ferunt, siue in uite summam maturita-
tem obtinuerunt, siue quod maturitati deerat, ex
cōsequenti suspensione sint adeptæ, eas humidās,
affatim uentris deijciēdi gratia licet ingerere. Qui-
dam autem in eundem usum, mustum quoq; idq;
dulcissimum, bibunt. Id enim maxime subducit.
Quod uero ab uuis austēris aut acidis est expres-
sum, ad omnia est pessimū. Equidē nominibus sic
sum usus, quemadmodū homines huius seculi ut-
untur, satius esse ratus, res dilucide docere, q̄ ue-
tere lingua Atticorū uti. Quod sicui antiquius id,
doctrinæ

doctrinæ perspicuitate fuerit, Attici uuarum par-
tes solidas quæ multo expresso super sunt, *βρύτια*
appellant: *σεμφυλῆ* autem, oliuarum, cum oleum
fuerit expressum: quod uero crassum in uuis subsi-
det, uulgius Atticorū *πρύγα*, id est, fecem nomi-
nat. proinde nulla apud eos in uocibus est homo-
nymia, ut apud alios homines, qui *βρύτια* etiam
πρύγα nuncupant. Quin & tertia quædam huius
nominis *πρύγος*, est significatio, grecis huius me-
morie usitata. Nam uinaceorum dilutum, *πρύγα*
uocitant: quod rursus ab Atticis *ἀνύπια*, à no-
stratibus *σεμφυλίτις*, id est, lora appellatur. Con-
fectis namq; in parua dolia uinaceis, tantum aquæ
superaffundunt, quoad omnia permadeat. Quod
ubi satis factum uideat, in dolij fundo foramen ape-
riunt, ut dilutum effluat: idq; pro uino bibunt. Per-
spicuum autem est, quod pro uinaceorum copia
aquam, experientia docti, affundunt: quod uidelicet
lora, neq; aquosior sit, neq; meracior. Deinde rur-
sum aliam aquam, parciorem tamen priori, uina-
ceis adfundunt, ita ut id quoq; in potu sit tolerabi-
le: quod quidam Attici proprie, non ut prius, *ἀνύ-
πριον* nominari uolunt. Vtraq; lora capiti dolo-
rem affert, nisi q̄s dilutiores ipsas bibat, sed prior
magis caput ferit. Commodum autem huic potui
id inest, quod ocyus per urinas reddatur, qua in re
magnum est pro uaria uuarum (ex quibus sunt ui-
nacei) specie, discrimen. Quâdoquidem si dulces
fuerint, potus multo erit suauior, citiusq; per uri-
nas reddetur: sin uero acerbæ, aut acidæ fuerint, in
suauior longe, ac minus ciens urinas. Id autem di-
lutum ualentius multo fit, ac uinosus, cum *πρύγος*,
id est, uinaceus ad uer, aut æstatem fuerit asserua-
tus. Hyeme uero si quis utatur, ut caput minus fe-
rit, sic & per urinas minus secedit.

De uuis passis.

Vuæ passæ cum alijs uuis eandē habēt ratio-
nem, quā caricæ cum ficibus. Multæ enim
sunt dulces, acerbæ autem omnino paucae: pluri-
mæ uero ex dulci & austera qualitate sunt mistæ.
quanquā dulces nonnihil quoq; austera qualita-
tis habēt: & austera, dulcedinis. Cæterum ut dul-
ces temperamento sunt calidiore, ita austera frigi-
diore. Ad hoc, austere stomachū roborant, & uen-
trem constipant, & his multo magis acerbæ: me-
diam autem quodammodo inter ipsas constitutio-
nem dulces obtinent, ut quæ nec stomachum dis-
soluant, nec aluum subducant. Dulcibus tamen,
ut uis quædam semper inest contemperandi, ita &
mediocriter detergendi, quibus duabus facultati-
bus exiguas mordicationes, quæ os uentriculi in-
festant (quod & stomachum appellamus) obtin-
dunt. Perspicuum enim est, quod mordicationes
maiores ualentiora postulat remedia. Inter passas
autem præstantiores sunt, quæ tum pingues sunt,
tum corticem habent tenuem. Nonnulli autem, &
recte sanè, è dulcibus gradibusq; (quales sunt scy-
belitides) prius quàm mandant, semina eximunt,
quæ & ipsæ inueteratæ, cutim durā crassamq; ha-
bent, easq; prius in aqua coguntur macerare; nam

& semen ipsum facilius sic eximit. Aliæ quædam
sunt, his contrariæ, solidæ & crassæ, quæ nullum
proorsus semen habent. Crescunt hæ in Cilicia, co-
lore subflauo. In Pamphylia autem scybelitica, &
colore nigra: quæ, ut dixi, sunt maximæ: Minime
autem in Cilicia, suluæ proueniunt: Aliæ præter
has, in Cilicia nascuntur, colore nigro, magnitudi-
ne mediæ: quemadmodum & apud alias plerasq;
gentes, potissimum in Libya. In Asia autem uarię
passarum species, mediocri magnitudine proueni-
unt, etenim quædā subflauæ, aliæ nigra, aliæ dul-
ces, & aliæ subausteræ cernuntur. Porro, in frigi-
dis regionibus ne uuæ quidem ipsæ maturari ex-
quisite queunt, nedum passerum quæpiam. Qua
propter resinam uinis immittunt, ne celeriter ace-
scant. Porro, quemadmodū passerum differentia,
quæ à colore sumitur, nihil ad passerū facultatem
confert, ita nec magnitudo: sola qualitatis, quæ
stui inest, differentia potest omnia: cui soli intētus,
inuenies (ut ante diximus) & in quibus, & quo
tempore uti conueniat. Alimentum ex passis tale
qualitate in corpus distribuitur, qualis ipsarū na-
tura fuerit, dulce ex dulcibus, austerū ex austeris,
mistum ex ijs, quæ utriusque qualitatis sunt parti-
cipes. Quantitate uero copiosius ex pinguibus ac
dulcibus: parcius ex austeris & macris. Quod si
passarum pinguiū ac dulciū, à quibus semina fue-
rint exempta, parem molem cum pari uuarū mo-
le cōtuleris, passas ualentius nutrire deprehēdes.
Huiusmodi sanè ut minus q̄ caricæ subducāt, ab-
stergantq; magis tamen q̄ illæ stomachū uiuant.

De sycaminis, quæ & mora appellant.

Non hæc Attici sermonis affectatoribus scri-
bimus (fortasse enim ne legere quidem ipsa
dignarentur, corporis simul & animi sanitatē pro
nihilō ducentes) [sed medicis quidem, qui de At-
ticismo non magnopere laborant: tum autem &
alijs, qui ut animalia ratione prædita, honorē, glo-
riam, diuitias, et autoritatem inter ciues, corporis
& animi ualetudini postponunt.] Certo em̄ scio,
hos linguam Atticorum nihilō pluris q̄ cæterorū
hominum æstimare: corporis uero sanitatem præ-
stātius quiddam ducere ac dignius ei homini, qui
uiuere secundū naturam studuerit. Cum igitur in-
telligam, sermonem simpliciorē ijs esse utiliore, in-
telligam, sermonem simpliciorē ijs esse utiliore, in-
nominibus utor quæ ipsi intelligant, etiam si uetu-
stis Græcis non sint consueta. Mororū igitur no-
men uulgo est cognitum: si non alia de causa, sal-
tem ob medicamentum *συκαλίον*, id est, ori gra-
tum, quod, *σκαμύριον* appellatur, quod eorum suc-
cum recipit. Quibusdam autem ex fructibus autu-
mnalibus, quos deinceps recēseimus, pleriq; ho-
mines ignorant, quo nomine ante annos sexcen-
tos ab Atheniensibus fuerint appellati. Animad-
uertunt enim huius tempestatis Athenienses, fru-
ctus omnes non alio nomine appellare, q̄ quo re-
liqui Græci appellant: sed & mora ipsa, sycamina
nihilominus, q̄ mora nominare. item persica, nu-
ces, præcocia: ac in summa, reliqua omnia pro alio
tum Græcorum consuetudine. Neq; enim detri-
menti

menti quidquā ipsis ex uetustarū appellationum A
ignoratione accidet, si facultates ipsorū explora-
tas habuerint. Satiū enī fuerit scire, ex cibis qui
subducuntur, posteriores quidē sumendos qui tar-
de permeant; omnīū autē primos, qui celeriter qui-
dem peruadunt, corrumpūt tamen, si in uentri-
culo morentur diutius, q̄ ipsorum nomē claturas
nosse. Non tamen omnino ignorare homines mi-
hi uidentur, qui ordo in ijs quā mandunt, sibi sit
seruandus: quando quidē ipsos uideas in plurimis
cibarijs cum seruare. Præsumunt enim radículas,
oliuas, & foenū græcū ex garo: post hæc, maluas,
betam, & alia id genus olera cum oleo & garo. Et
enim, si uel tantillū meatū habeant, diuturna ex-
perientia docet eos facultates eorum, quæ quoti-
die cibi gratia sibi præparant. Quorū uero multo
intervallo usus atq; experientia incidit, ea soli ho-
mines solertes obseruant, ac memoriæ mandant.
Sycamina igitur celerrime pertranseunt, cibisq;
alijs præeunt, si in uentriculū purum inciderint, &
sumpta primis epulis fuerint. Quod si supra post
alios cibos fuerint, aut etiā prauū succum in uen-
triculo offenderint, celerrime unā cum alijs cibis
corrumpuntur, nouo quodam corruptionis gene-
re, & quod uerbis explicari nequeat, ut in cucur-
bitis accidit. Omnia enim hæc, si modo celeriter in
corrupta subsederint, cibis fugacibus minus sunt
noxia; sin minus, corrumpuntur non aliter q̄ pe-
pones: quanquā hi quoq; si celeriter subducantur,
nullam magnam noxam adferūt. Tempus autem
utendi, ut peponibus, ita et moris est, cum corpus
uētriculi squalore aestuat, quo tēpore necesse quo-
dammodo est, hepatis quoq; idem accidere. Cucur-
bitæ quidē & cucumeri, tū maturo, tum ante ma-
turitatem; ad hæc & melopeponi nulla adstringēs
qualitas inest. sycaminis uero, & potissimum cum
nondum admodū maturuerint, qualitas eiusmodi
cōspicue inest: immaturioribus autē inest simul &
acida. Proinde nonnulli ab arbore ipsa detrahentes
ac siccantes reponunt, medicamentū ad dysente-
riæ, ac diuturnæ diarrhœæ curationē utile sibi fu-
turum. At nunc nobis non est propositū medica-
mentorū facultates exponere. Rursus igitur ea
repetamus, quæ sycamina ipsa ut alimentum pos-
sunt agere. Quod quidē celeriter subducantur, di-
ctum nobis prius fuit: quod eis accidit forte pro-
pter solā substantiæ humiditatē ac lubricitatē; for-
te etiam propter admistā qualitātē quandā acro-
rem, q̄ deiectioni excitandæ satis esse possit; quan-
doquidem qualitas adstringens, nō modo ad sub-
ductionem nihil cōfert, uerum etiā suapte natura
uentrem cōstipat. Didicisti autē ex cōmentarijs de
simplicium medicamentorū facultate, pleraq; esse
corpora, quæ facultates habeant contrarias. Con-
fector igitur mora exiguā in seipsis habere faculta-
tem eiusmodi, qualis magna medicamentis pur-
gantibus inest, cuius beneficio non modo facile
secedunt, sed corrumpuntur etiam, si diu in uen-
tre manserint. Quod si corrupta (ut dixi) non fue-
rint, omnino quidem humectant, non tamen om-

nino refrigerant, nisi sumpta fuerint frigida. Ali-
mentum autē corpori præbent minimum, quo mo-
do pepones, non tamen, ut ijs uomitū excitant, ne-
que stomachum lædunt. De cerasijs.

EX cerasijs quædam sunt, quæ moris sunt si-
milis, cuiusmodi sunt ea, quæ minimam ha-
bent adstrictionē; alia ruborum fructui, ut ea, quæ
euidētius adstringunt: quædam autem sunt, quæ
uel ualentius ijs adstringant. Proinde memoratæ
cuiusq; speciei facultatem, ex ijs, quæ de sycaminis
& rubi fructibus dicimus, potes colligere.

De rubi fructibus.

Ruborum fructū homines apud nos *βελνέου*
appellant, quemadmodū mora & sycamina:
utroq; enī modo ipsa nominat: sunt autē *βέλνυρα* q̄
mora magis adstringentia: & si quis largius ijs ue-
scatur, capitis dolorē sentiet; alij stomacho angun-
tur. Proinde fructū hūc abluamus oportet prius,
q̄ mandere ipsum aggrediamur: quod maxime in
sycaminis quoq; est faciendū. Non tamē uentrem
subducunt, sed potius cohibent: & si quis immatu-
ra ipsa prius sicca reposuerit, multo etiā magis co-
hibebunt. Omnia tamen medicamēta, quæ ex mo-
rorum succo parantur, si facta ex ijs quoq; fuerint,
facultatem habebunt efficaciorē.

De fructibus canirubi.

Fructus canirubi multo magis q̄ ruborū ad-
stringit: ob eamq; causam uentrē magis cohi-
bet. Vescuntur autē ipso frequēter rustici, exiguū
alimentū corpori suggerente: uocātq; *κυνόβατον*,
id est, canirubum. De fructibus iuniperi.

Fructus iuniperi, qui *αἰκνός* dicit, acris est
admodum cum exigua dulcedine, & minori
præterea adstrictione. Flauet autē & aromaticon
quiddam. Perspicuū certe est, q̄ calefacit quidem,
tum propter acrimoniā (demonstratum enim est,
acria omnia calefacere) tum autē maxime propter
odorē ac gustū aromatibus adsimiles. omne enim
αἰκνός, calidū. Hepar autē & renes purgat: & suc-
cos crassos ac lentos uidelicet tenuat: unde medi-
camētis salubribus admiscetur. Alimentū autem
ex ipso exiguum corpori hominū accedit. Quod
si quis ipsum largius sumpserit, stomachum mor-
det, & caput calfacit: ob idq; ipsum nonnunq; re-
plet, doloribusq; infestat uentrē, nec proritat, nec
cohibet; urinas tamen mediocriter uacuat.

De fructibus cedri.

Fructus cedri, qui *λεβός* dicitur, colore qui-
dem & figura, fructui iuniperi est similis, sub-
flauus enim est ac rotundus: dissidet autem ab eo
acrimoniā. Nec multū abest, quin fructus hic ex
genere sit medicamentorū: cum nullum præbeat
corpori alimentū, nisi quis aqua ipsum macerarit.
Omnibus enim acribus id est cōmune, ut soluta
ipsorū acrimoniā, exiguum alimentū corpori præ-
beant. Quin etiam cedrorū fructus, ut fructu iuni-
peri durior est ac siccior, ita pfecto exiliior, nihil,
ut ille, habens aromaticon. Perspicuum autē est, q̄
& stomachū ualde mordicat, & capiti dolorem in-
fert, nisi quis ipsum parcissime sumpserit.

De nucē

De nucē pinea.

N^Vx pinea boni ac crassi est succi, multumq; nutrit, non tamen facile concoquit. Appellatur autē nūc Græci ipsum nō *κάρυον*, sed *σπέρδιον*.

De fructu myrti.

Græci fructum hunc *μύρτα* nominant, nutritq; tenuiter eque ac fructus iuniperi, facultatem tamen habet contrariam. Quandoquidē ualenter adstringit, & ob id ipsum aluum sistit; nō tamen pro ratione adstrictionis, frigidius facultate est; propterea quod adstrictionē habet non solam, sed acrimonia etiam quadam admixtam. Porro ci bis omnibus, qui qualitatem medicamentosam habent uehementem, est cōmune, ut cum eam qualitatem cōfione, aut assatione, aut maceratione deposuerint, exiguum corpori dent alimentū, prius autem prorsus non nutrant. Id enim ipsum & cæpis & porris accidit.

De persicis.

Fructum hūc, siue mala persica, siue (ut Græcis nunc mos est) simpliciter persica appellare uelis, siue aliud quoddam uetus nomen præter hæc uestigare, potes id per magnū ocium facere. Nunc autem discas, quod nominibus ipsis erit utilius, quod scilicet ipsorū succus, & ueluti caro facile corrumpitur, prauaq; omnino est. Quocirca (quod quidam facere solent) nō sunt post alios cibos mandenda; corrumpuntur enim in superficie natantia; sed in omnibus, quæ prauū quidem sunt succi, uerum humida sunt ac lubrica, & quæ subduci facile queant, id cōmuniter tenendum, ea ob ipsum ante alios cibos esse sumenda. Ita enim fiet, ut & citius subducantur, & alijs cibis uiam muniant. Quæ si sumpta postrema fuerint, unā secum alia quoq; corrumpent.

De armeniācis ac præcocibus.

Hæc quoq; ex genere sunt persicorū, bonitate nōnihil illa superantia. Neq; enim in uentriculo, ut illa, corrumpuntur, neq; acescunt; uulgo autem suauiora apparent; unde etiam stomacho sunt gratiora; cætera em̄ illis sunt similia. Si uibus autem omnibus id inest; quemadmodum in suauibus, ut uentriculū resupinent, ac subuertant, & ad uomendum incitent, cupientem quā celerime quod infestat, abijcere; id quod facit pro momento eorum, quæ infestant. quæ enim uergunt deorsum, ea ipsa expellit. Quæ uero supernatant, per uomitus eijs. Idem facit, & cū succi prauū ex toto corpore in sese defluunt. Etenim, qui ex ijs, in partem uentriculi superiorem confluunt, uomitu uacuantur; qui uero in inferiorem, pariunt diarrhoeam. Porro, quod fructus omnes autumnales exigui sint alimentū, dictū id nobis prius fuit. Præcocia tamen, quæ uocāt, armeniācis sunt præstantiora. Qui autem præcocium nomen fugitāt, utraque mala armeniāca appellāt. Alij uero armeniā, per quatuor syllabas, non quinque.

De malis.

Genus horū non est simplex, quo modo neq; pīrorum, neq; punīcorū. Quædā enim sunt,

A quæ saporē habent austerum; alia acidum, aut dulcem; nonnulla etiam ex ijs mistum, apparentq; & dulcia simul & adstringentia. Præterea alia quædā cum dulcedine manifestū habēt acorem. Ad hæc, alia cum acore acerbiteratem. Inuenias autem interdum, & quæ hos tres saporēs simul habeāt euidentē adeo, ut acida appareāt & dulcia, acerbiteratq; habeant nōnihil. Perspicuum autem est, quod adstringens, austerum, et acerbum, tria hæc nomina saporis, qualitatem unicam significant. Quod uero acerbū quidem in eo ab austeris differant, q̄ ualentius adstringant, commune autem ipsorum genus est adstringēs, ex quarto libro de simplicium pharmacorum facultate didicisti, in quo de saporum substantia ac facultate tractauimus. Memor igitur illorū, scito mala quidē q̄ adstringūt, succū habere frigidum ac terreum. Quæ uero acida apparent, frigidū quidem, uerum tenuiū esse paritum. Mediæ autem temperaturæ esse dulcia, quæ tamen ad calidius uergunt; quemadmodum quæ omnis qualitatis sunt expertia, ac ueluti aquosa, ad frigidius inclinant. His igitur uteris pro uincenti in saporibus facultate, austeris quidē pomis, cum uentriculus uel propter calidam intemperiem, uel multam humiditatem fuerit imbecillus; acerbis autem, cum duo hæc aucta admodū fuerint; acidis, quando succum crassum, qui non magnopere frigidus sit, suspicaberis in ipso esse collectū. Quandoquidem succus frigidus non acida, sed acria potulat. utraq; certe & acida & acria succos crassos incidunt; in eo tamen differunt, quod hæc quidem cum calfactione; illa autem cum refrigeratione id præstent. Perspicuū porro ex ijs quæ sæpe iam diximus, est, quod adstringentia quidem, quantum in ipsis est, alui deiectiones semper cohibēt; acida uero, cum succum crassum in uentre inuenerint, ipsum incidunt, ac deorsum subducūt, ob idq; deiectiones humectant. Quod si uentrem purum inuenerint, ipsum magis sistūt. Porro succus dulcis, cum sine acrimonia & crassitie, hoc est, cum solus planē fuerit, celerius, quātum in ipso est, distribuitur. Quod si acrimoniā, aut crassitiem habuerit, citius subducitur. Est autem & aliud succi genus, nō in pomis modo, uerum etiam in alijs omnibus, quod aqueū & qualitatis experts appellant, ut antea quoq; diximus: quod stomachū quidem minimū iuuat, in medio autem est memoratarum facultatum, quemadmodum & aqua ipsa. Inest autem pōmo eiusmodi id uitium, quod cum ad mandendum ipsum aut uoluptate, aut utilitate adducantur, quando neq; gustu iucundum ipsum, neque quemadmodum adstringentia, robur uentri inducere, neq; fluentem ipsum sistere comperit, merito cōtemnunt; quemadmodum & apud nos quidem in multis Asiæ locis, suisbus ipsum projiciamus, *μακρὶςινον* appellātes, quod tenera plantanorum folia gustu quodammodo repræsentent. Cæterum optima genere poma non sunt ante colligenda, quā in arboribus maturuerint: concoctū em̄ sunt difficilia, & frigida, tardēq; permeant, & prauū

& prauī sunt succi; ut interim omittam, quōd sic cum etiam habent frigidum, ac leuiter crassum. Quæ uero belle matura in hycem & uer proximum asseruant, ea sæpe in morbis maximum adferunt præsidium, aut cataplasmatīs modo cum a rina admota, aut in calidis cineribus mediocriter assata, aut pulchre in aquæ bullientis uaporibus percocta. Cæterū post cibum statim dare ipsa conueniet, nonnunquam autem & cum pane ad uentriculum & stomachum roborandum, ijs qui deiecta sunt appetentia, tardeq; concoquunt, quicq; uomitū, diarrhoea, ac dysenteria infestantur. In hunc usum acerbā sunt apta. Parata em̄, ut iam iam præcepi, mediocrem retinent adstrictionē, cum, si mediocriter austera fuissent, in eiusmodi apparatu adstrictionem omnem deposuissent, ob idq; similia ijs euadunt, quæ ab initio sunt aquea.

Qui fiat, ut esus pomorum aut pirorum adstringentiū, uentrē quibusdā deiciat.

Cum aut quosdam audiuissem, qui dicerent, uentrem sibi ab esu adstringentiū subduci, satius esse putauī, quæ de eo ratione atq; experientia sæpe cognouissem, hoc loco semel fusius explicare. Cum Protas rhetor quidā, cuius noster narraret, uentrem sibi post esum pomorū ac pirorum austerorum deijci, re intellecta atq; in ipso per experientia cōprobata, audacius postea in alijs ipsum sum expertus. Rogauī enim hominē, ut mecū uel unum diem uiueret, ut scirem quo tempore, & q; multis uesceretur astringentibus. Ac primum hominem statim sum hortatus, ut more suo uiueret, neue ulla in re consuetam sibi uictus rationem immutaret; ipse autem, cum post balneum, paucula aqua præbibita, scenumgræcum, radiculam, & id genus alia (quæ ante alios cibos omnes ferē sumere consueuerunt) similiter & ipse sumpisset, uinumq; dulce, quantitate mediocri, adbibisset, comedit deinceps malas cum oleo & garo, & pauco uini; & post illa piscis quidpiam, suille, & auis; deinde, cum secundo bibisset, pauco tempore intermisso, sumpsit pira austera; postea deambulatū progressi, nō multum deambulauius, cum uenter illi maiorem in modum esset solutus. Quæ cum essem conspicatus, pactus sum cum amico, ut postridie quæ ad suam uictus rationem pertinerent, mihi cōmitteret. Qui cum mihi prompte esset assensus, prima omnīū, post balneum, pira exhibui; deinde alia deinceps, ut consueuerat; quibus peractis, non modo non uehementer, sed ne mediocriter quidem aluum deiecit. Mirabatur sanē (ut par est) rei euentum, causamq; eius à me sciscitabatur; cui ego hæc, quæ nunc referam, exposui. Nā cum garum (inquam) unā cum ijs quæ cum eo sumpseras, aluum suapte natura subducit, idq; iam ante fecerit, adstringentia postremo loco sumpta ijs potissimum, qui stomachum habēt imbecillum, deiectionis sunt causa, uentriculum roborantia, & ad expellendū deorsum, quæ in sese continet incitantia; quod magis (inquam) farebere, si cras prima omnium astringentia sumpseris; secundo autē

Galen.

A post illa, carnosa; omnīū postrema, quæ cū oleo & garo mandunt. minime inquit, repente em̄ uomerem, si malas ultimas cū oleo & garo manderē. optime (inquam) respōdisti. Illa em̄ uentriculum subuertūt, & potissimū os ipsius, quod iam omnes stomachum uocare cōsueuerūt; adstringentia uero roborant, ac firmāt; quōd fit, ut si quis alius succus uentriculum subuerterit (quod solet bilis pallida efficere, in qbus copiosior est acruata) qui sic est affectus, siquid adstringentiū gustarit, succum infestantem repente deorsum excernet. Deinde ostendi ei iuuenē quendam, qui narrabat cū paucis diebus ante, purgādi gratia, succū scāmōniæ sumpisset, & horis quinq; post sumptū medicamentū iam præterlapsis, nulla secuta esset excretio, stomachum quidē sibi premi, uentriculum autē intumescere ac grauari cœpisse, quas ob res attonitū se, atq; animi incertū, symptomata, qbus infestabat, mihi cōmunicasse. Quonā igitur modo hominē sanauerim audi (inquam) iuuenē ipsum; tum protinus presentem ei exhibui, ac narrantē, ut ego imperarim sibi exigū quiddam malī astringentis, aut punici, aut piri, manderet; ipse autē simul atq; comedisset, malis statim fuerit liberatus, copiosissima ac cōserta ex ipsius uentre facta excretionē. Scito igitur (dixi rhetori) tibi quoq; idem cōtingere, cū propter uentriculi totius ac stomachi imbecillitatem, adstringentia postremo loco sumpseris. Tū ille, uerissimū (inquit) est, quod dixisti. Talis em̄ mihi natura est stomachus, facileq; à quibusuis subuertitur. Ego uero post cibū, studiosius austro quidpiā esito, tūc, cum ipsum supinū admodū esse sentio, adeo, ut propē iam nauseet. Ex hac de rhetore narratiōe, satis intelligere poteris, ijs, qui stomachum habēt imbecillū, uentrem deijci, cū postremis epulis adstringentium quidpiam sumpserint.

De cydonijs & struthiomelis.

His pomis eximīū quiddam, quod in alijs non inuenitur, inest. Nam præter quā quōd adstrictionem habent copiosiorē, succus etiā eorum diu durat ac permanet, si quis ipsum cum melle esum asseruare uelit. Cum aliorum pomorum succus, si reponatur, ace scat, propterea quōd multam habet humiditatē. Nos autem & medicamētum, quod ex succo struthiomelōrū cōficitur, quodq; ijs qui deiectionem habent appetentiam, est accommodatissimum, cum forte in loco conspicuo non esset positum, tandem post annos septem inuenimus, nihil in qualitate immutatum; crustam enim orē uasculi densam fecerat, cuiusmodi in melle sæpenumero & alijs quibusdam ad crescit; quam seruare incumbentem conueniet, si uelis pharmacum, aut mel diutissime citra mutationem seruare. Atq; id mihi obiter sit dictum: cuius autem rei gratia, medicamētū, quod longiore tempore man sit incorruptum, memini, denuo id resumam. Per manens est struthiorum malorum succus, quando paratus recte fuerit, quemadmodum & cydoniorum: uerum hic minus est suauis, & maxime adstringens. Quocirca ad uentriculi admodum

Tom. 2

c exoluti

exoluti robur uti eo aliquando possumus. In Iberia autem edulium componit, quod *μυλο πλάκων* appellat, quod adeo durat, ut patinae recentes ipso refertae Romam adferantur. Componitur autem ex melle & carne laeuigata, cocta cum melle. Nostrium uero medicamentum, quod iis qui deiectam habent appetentiam, comparatur, non ex melle solo, & malorum succo, sed & pipcris albi habet quidpiam, & zingiberis, & aceti. Non tamen iam plura de eo uerba facere conuenit, cum alibi de eo fusissime tractauerimus.

De piris & punicis.

Quae de malis diximus, si ad pira & punica transtuleris, nihil erit quod nos de ipsis nouum dicere oporteat. Etenim in his quoque alia sunt austera tantum, uel acerba; alia, acida; alia, dulcia; alia ex horum mixture coposita; & alia, quae nullam penitus huiusmodi qualitatem habent exuperantem, quod fit, ut cum aquea sint ac hebetia, omnis facultatis roborandi sint expertia. Pirorum igitur usus pomorum usui omnino est similis. Punica uero cetera quidem sunt similia, in eo tamen discrepant, quod nunquam cum hordei farina assentur, neque in aqua aut uaporibus elixentur. Succum autem habent piris & pomis copiosorem, & praeterea gustu suauiore. Sunt autem interdum praedictis duobus fructibus utiliora, tum ad alios affectus, tum ad eum cuius Hippocrates libro secundo de morbis populariter grassantibus meminit, his uerbis. Mulier cardialgia torquebatur, nec prius malum est sedatum, quam polenta succo punici aspersa, semel in die uteretur, reliquis cibis abstinens, neque amplius uomitur ei ciebat, qualia Cherion Charitonis filius. Perspicuum certe est, quod uitioso humore partes ad os uentriculi (quod certe καρδιαν etiam appellat) attinentes imbuente, mulier erat nauseabunda, cardialgiaque torquebatur. Nam uerbum καρδιασιν nil aliud significat, quam symptoma, quod mori dicationi stomachi succedit. Huc certe humorem polenta quidem exicauit: succus autem punici cum ea sumptus, uentriculum roborauit adeo, ut humorem in tunica ipsis contentum expellere potuerit. Punica quidem quam minimum corpori praebent alimentum, ut ipsis nunquam ceu alimento, sed tantum ut medicamento egeamus: Pira uero, & potissimum quae magna sunt (uocant autem ipsa apud nos foemini no genere, *μεινάρες*) aliquantum nutriunt. Proinde in tenues orbes ipsa secantes, & postea exiccantes reponunt, quae elixa, uice ciborum parum nutriunt, hyeme & uere, cum fames est, mandunt. Attici quidem priorem syllabam *φοῖων* scribunt sine *ιωτα*, Iones uero cum *ιωτα*: uerum id nihil ad hominum uitam adfert commodi: quae admodum neque in *σω*, id est, sorbis, quae Graeci quidem omnes huius nominis memoriae sic nominant: Attici autem cum *υ* pronunciare ipsa non permittunt. Speculationem igitur de nominibus, illis relinquentes, de facultate ipsius fructus disputabimus.

De mespilis, & sorbis.

Quae de praedictis diximus, eadem de his quoque

sunt dicenda. Ambo enim astringunt: uerum mespila multo ualentius, quam sorba. Proinde uentri fluctibus est utilissimus: sorba tamen in cibo ipsis sunt suauiora. Omnino enim nihil habent adstringens aequae ac mespila, sed ipsorum succus est austrius sine ulla acerbitate. Liqueat autem, quod omnibus huiusmodi parce est uescendum, non autem affluenter, ut uis ac ficibus. Nullo enim ipsorum ut alimento, sed ut medicamento potius indigemus. Haec tibi sunt utiliora, quam scire priorem syllabam nominis *σω*, a ueteribus Atheniensibus per litteram *ο* tantum scribi & pronunciari.

De fructu palmarum.

Fructum palmarum siue glandes appellare uelis, siue palmas, eodem cum tota arbore nomine (ut iam Graecis omnibus mos est) neutro modo aut incommodaris, aut ipsius facultatis cognitionem promoueris. Non pauca autem in ipsis est differentia: quaedam enim sunt siccae & adstringentes, ut Aegyptiae: aliae molles & humidae & dulces, ut quae καρπωνται appellantur. praetantissimae autem haec in Syria palestina nascuntur in Hierichonte: reliquae omnes palmae inter dicta duo genera sunt mediae. Difficiles autem sunt concoctui, capitiq; dolorem inferunt, quarum aliae quidem magis: aliae minus sunt humidae ac dulces: siccae atque adstringentes. Verum constitutis extremis, iam omne quod in medio est, facillime deprehendes. Nulla certe ex ipsis est, quae non dulcedinem quandam & adstrictionem habeat. Siquidem καρπωνται, exiguae adstrictionis: Thebaicae, obscurae dulcedinis sunt participes. At succum quidem dulcem, nutrire: austerum autem gratum esse stomacho, & uentrem sistere, ostendimus. Palmae autem, si largius sumantur, omnes concoctui sunt difficiles, et capiti dolorem adferunt: quaedam autem, & morsus cuiusdam sensum ori uentriculi inducunt, quod medici stomachum appellat. Succus autem, qui ab ipsis in corpus distribuitur, crassus quidem omnino est: habet autem & lentoris quidpiam, cum palma ipsa pinguis fuerit, sicuti καρπωνται: cum autem dulcedo tali succo mista fuerit, celerrime quidem hepar ab ipsa obstruitur, laeditur autem maxime ab ipsorum esu, quod aut inflammatur, aut scirrhus obideatur: post hepar autem, & lien obstruitur ac laeditur. Multo autem maxime palmae uirides, si paulo largius sumantur, ad omnia sunt noxiae. Perspicuum porro est, quod dulces quidem succum habent calidiorem, astringentes autem frigidiorum. Quin & palmae uirides, quem admodum & ficus, status gignunt: nam palmae uirides eandem habent ad alias palmas proportionem, quam ficus habent ad caricas. In regionibus autem non admodum calidis, palmae non perfecte maturascunt, adeo ut reponi queant. quod fit, ut cum homines cogantur ipsis uiridibus uesci, crudis succis impleantur: rigoribusque, qui aegre calefiant, & hepatis obstructionibus prehendantur.

De oliuis.

Exiguum quidem & ipse corpori praebent alimentum, & potissimum caduca, quas uulgo ferunt

ferè cum pane : sine pane aut mandunt cum garo A ante alios cibos, ventris subducendi gratia, quas *ἐλαδάς* & *πολυελάδας* appellant. Porro quem admodū caduce, pinguedinis habent plurimū: ita hę succum adstringentē. Proinde stomachū roborant, & appetentiam excitant. Aptę aut ad hanc rem sunt, quę cum oleo reponūtur, quas artis obsonatricis periti uarie pręparāt. cuius artis nolim medicum omnino esse ignarū. Nam quod suauius est, facilius ijs quę ex æquo sunt salubria, concoquitur. Verum non est nunc dicēdi locus, neque de obsonatricis speculationis peritiā, neque de arte ipsa; alius enim locus ipsi est proprius.

De nucibus.

Quidam nuces regias appellant eas, quę nūc B nices ab omnibus nominātur. Sunt & alię quędā, quę *λεπτοκάρυα* appellant, prædictis multo minores, quas nonnulli *ποντικę*, id est, ponticas seu auellanas uocitant. Multus aut ambarum est usus; alimentū corpori prębent exiguū, copiosius tamen pontica nuncupata, q̄ nux regia, q̄ ipsius substantia sit coactior ac minus oleosa; regię autē laxior est, continetq; in se ipsa plus pinguitudinis. Habet tamen & adstringentis qualitatis non exiguum, quę tandem procedente tempore marcescit: tota ipsius substantia in succum pingue transmutata, adeo ut cibo prorsus sit inepta, quod sua pinguedine, oleo ueteri adsimilis apparet. Cæterum quę uiridis adhuc est ac humida, neq; adstringentis qualitatis, neq; oleosę conspicue est participes: sed magis quodāmodo est *ἐρία*, id est, qualitas expers: quod saporis genus aquicum (ut dixi) uocare consueuimus. Coquitur tamen hæc nux facilius quā pontica, stomachoq; est gratior, & multo magis quando cum caricis manditur. Traditum autem a plerisq; medicis est, hominem a pharmacis letalibus nihil magnopere læsum iri, si utraq; has ante alios cibos cum ruta sumperit. Liqueat præterea, quod humida quidem apta ad deiectionem est: sicca uero, minus. Pleriq; autē uentris subducendi gratia cum garo etiam ipsam pręsumunt: in quem usum uiridis est accommodatior, ut quę adstringentis qualitatis minus sit participes. Quin & siccarum quoque, si prius (quod nonnulli faciunt) in aqua fuerint maceratę, facultas uiridibus est adsimilis.

De amygdalis.

Amygdalę nihil prorsus habent facultatis ad stringentis. sola enim tenuādi facultas ac de tergendī in eis præpollēt: quā tum uiscera purgāt, tum humores ac pulmonibus ac thorace, sputis expeccorant. Quędam autem ipsarum facultatē habent, succos crassos ac lentos incidendi adeo exuperantem, ut mandī præ amarore nequeant. Oleosę tamen ac pinguis qualitatis, ut nuces, sunt participes: cuius causa & ipsę procedēte tempore fiunt, ut illę oleosę: minor tamen eis inest hæc qualitas, q̄ in nucibus. quod fit, ut tardius q̄ nuces, oleosę fieri cernātur. Ex ijs sanē intelligi potest, q̄ neq; uentri subducendo conferunt, neque corpus

Galen.

multum nutriunt. Quę uero qualitatem amarant habent præpollentē, eę ad pus & succos crassos ac lentos ex thorace & pulmonibus expuendos plurimum conferunt. Eorum uero, qui nullam artem ad uitam utilem excoluerunt, sed seipsos appellant Atticos, alij fructum hunc, genere fecerunt no amygdalas enuciari oportere cōtendunt: alij, neutro amygdala: ne idiplum quidem, de quo tantopere contendunt, intelligentes, utroq; nomine apud uiros Atticos scriptum esse.

De pistacijs.

Hęc quidem ad magnam Alexādrīam proueniunt, sed multo uberiora in Berthœa urbe Syrię: parum quidem nutrientia, uerum ad hepar roborādum, & succos in ipsius uis infarctos purgandos utilia: qualitatem enim habent aromaticam, subatram, & subabstringentem. Scio autem & alia huiusmodi pleraq; hepatis esse utilissima, quęadmodū in opere de simplicibus medicamentis est demonstratum. Porro non ausim affirmare, ullam ex ipsis stomacho accedere utilitatem, aut læsionem insignem: quemadmodum neque, quod aluum deiciant, aut sistant.

De prunis.

Rarō inuenias hunc fructum austerum, aut acidum, aut in summa infusauitatem quādam habere, cum maturus exacte fuerit. prius enim q̄ pruna eō maturitatis peruenierint, omnia prope modum, aut acorem, aut acerbitem; alia amarorem repręsentant. Corpori itaq; ex hoc fructu minimum alimentū accedit: utilis tamen est ijs, quibus propositum est, uentrem mediocriter humectare ac refrigerare. ipsum enim nō aliter q̄ prædictorum quędā, subducit cū humiditate sua, tum lentore. Siccatu uero et ipse potest esse usui, quęadmodū & ficus. Fama est ea pruna omniū esse præstantissima, quę in Damasco urbe Syrię nascuntur: sectinda aut post illa esse, quę in ea regione, quam Iberiam ac Hispaniam nominant, proueniunt. uerū hęc quidem nihil adstrictionis præ se ferunt: nonnulla uero Damascenorū, uel plurimum. Optima aut inter ipsa sunt, quę cum mediocri adstrictione magna sunt & laxa; quę aut exigua sunt & dura & acerbata, praua sunt, tum si esum species, tum si alui deiectionem, quę maxime sequitur ea, quę ex Iberia adferunt. Cocta autem in melicrato in quo plusculum sit mellis, alui admodū deiciunt, etiā si quis sola ipsa sumperit, & multo magis si post ipsa melicratum sorperit. Perspicuū autem est, q̄ ad aluum deiciendam confert post sumpta ipsa, uinū dulce adhibere, temporisq; aliquid interponere, non aut statim post prandere. atq; etiā id, omnibus quę aluum deiciūt, cōmune, memoria est tenendum, quemadmodum & alfa, quę pluribus speciebus sunt cōmunia, ne de iisdem sæpe audire postules.

De fructu quem serica appellant.

Nē hæc quidem ausim affirmare, quicq; ad sanitatis tutelam, aut morborum profligatorem pertinere. Mulierum enim atque infantium

Tom. 2

c 2 effrenato

effrenatorum est edulium: quod exigui est alimen-
tio ac concoctum difficile: & præterquam quod sto-
machum non iuuat, paucum etiam alimenti cor-
pori exhibet.

De ceratijis, id est, siliquis.

CEratia, quorum tertia syllaba per litteram t,
& scribitur, & pronuntiatur, nihil habent
cum cerasijs, per scriptis, similitudinis. Est aut
parui succi edulium ac lignosum: quã rem necessa-
rio sequitur, ut cõcoctum sit difficile: nihil enim quod
lignosum est, facile coquitur. Quinetiã incommo-
dum id ipsis inest haudquaquam aspernandum, quod
non celeriter deiciatur. Proinde satius est à regio-
nibus orientibus, in quibus nascitur, ad nos non
importari.

De cappare.

CApparis planta est fruticosa, plurima in Cy-
pro proveniens. Facultas aut ipsi inest tenui-
um admodum partium: quod fit, ut quãdammodum
& alia omnia, quæ tenui sunt partium, minimum
alimenti in corpus eorum qui ipsa uescunt, distribu-
at. Utimur aut fructu huius plantæ magis ut medi-
camento, quam ut alimẽto: sale etiã cõspersus, ad nos
importatur, propterea quod putrescit, si solus repona-
tur. Perspicuum sanè est, quod capparis adhuc uiridis
quidem, priusquam salietur, plus habet alimenti: ex sa-
latura aut amittit quod plurimum, omni-
que alimẽto, nisi sal eluatur, prorsus quidẽ destituitur: alium ta-
men subducit. Quod si abluatur, & quoad faculta-
tem omnem ex sale deposuerit, maceret, minimi
quidem alimenti fiet edulium: erit tamen ceu obso-
nium ac medicamentum, ad appetentiam quæ colla-
psa fuerit, excitandam, accommodatum: præterea
ad pituitã, quæ in uentre habetur, detergendam ac
subducendam, purgandasque lienis & hepatis ob-
structiones. Vti autem ad eas res oportet ante ali-
os omnes cibos ex oxymelite uel oxelæo. Huius
etiam plantæ teneros surculos non aliter quam te-
rebinthi mandunt, uirides adhuc, ut huius, in ace-
to simul & muria, aut aceto solo condentes.

De fycomorìs.

Plantam fycomorì uidi in Alexandria unã cū
fructu, parue ficui albæ ad similem. Is fructus
nullam habet acrimoniã: exigua tamen dulce-
dinis est particeps, estque facultate, ut mora, humi-
dior quodammodo, ac frigidior. Quin potius in
medio mororum ac ficuum iure quis ipsum collo-
carit, indeque nomen ipsi arbitror esse positum.
ridiculi enim sunt, qui fructum hunc ob id aiunt
fycomora fuisse nominatum, quod paruis ficibus
sit ad similes. Ipsi aut generatio ab alijs arborum
fructibus, quodammodo est diuersa: non enim ex
surculis ac germinibus, sed ex ipsis ramis ac stipi-
tibus enascitur.

Der persio.

Hanc etiã plantã uidi in Alexandria, ex ma-
gnisque & ipsa est arboribus. Narrat aut fru-
ctum huius apud Persas adeo esse noxiũ, ut qui ip-
sum comederint, interimat: qui tamen si in Aegy-
ptũ transferat, fit esculentus, manditurque nõ aliter
quam pira et mala: quibus etiã magnitudine cõuenit.

De citrio.

ID quoque malum Medicum appellant, qui id a-
gunt, ut quæ loquuntur, nemo intelligat: tamen
si inter uirtutes orationis perspicuitatẽ numerat,
Satius autem fuisset: quãnam partes citrij habe-
ant facultatem, & quod nam commodum ex ip-
so hominibus accedat, inuestigasse, quã anxie
huiusmodi inquirere. Quam ego nunc uestiga-
tionem ingrediar, dicamque huius fructus tres esse
partes, acidam, quæ in medio ipsius sita est: tum
autem fructus ipsius uelut carnem, quæ medium
ipsum ambit: & tertiam, quæ est tegumentum ex-
trinsecus circumdatum, quod suaueolens est & a-
romaticum, nõ odore modo, uerum etiam gustu:
iure igitur concoctum est difficile, ut quod durum est
ac callosum. Quod si quis ipso ut medicamẽto uta-
tur, coctioni nonnihil conferet, quo modo & alia
omnia, quæ acrẽ habent qualitatem. Eadem aut
ratione, si sumptum parce fuerit, stomacho robur
inducit. Proinde ipsum cõminuentes, succumque
[totum] exprimentes, solent medicamentis immi-
scere, quæ per os sumuntur, quæque uentrem diji-
ciunt, aut totum corpus purgant. Parte aut fructus
acida & non uesca, qua semen continetur, cum ad
alia quædam utuntur, tum sæpe quod ipsam reddat
acriorem, in acetum imbecillum cõiiciunt. Pars
autem inter duas iam dictas media, quæ sanè cor-
pus etiam nutrit, quæque neque acidam, neque acrem
habet qualitatem, propter duritiem concoctum est
difficile: ob eam causam omnes ipsam mandunt
cum aceto & garo, ut saporis hebetudinem acuat.
fortasse autem quod experientia didicerunt, aut à
medicis acceperunt, ipsam coqui facilius, si man-
sa eo modo fuerit.

De fructibus plantarum agrestium inter
quos sunt quercuum glandes.

Omibus hominibus mos est eas plantas uo-
care agrestes, quæ sine ulla agricolæ indu-
stria in agro proueniunt. Siquidem & uites appel-
lant agrestes, quas nullus uinitor procurat, ipsas
ablaqueans, aut circumfodiens, aut pullulantia ger-
mina extirpans, aut eiusmodi aliquid fatagens. Ex
quo plantarum genere est fagus, quercus, ilex, cor-
nus, comarus, & alia id genus arbores: quemad-
modum & frutices quidam, ut rubus, canirubus,
acherdus, pirus, & prunus syluestris, quam περ-
σιν apud nos appellant, & qui frutex αμυγδαλίας
fert. Appellatur autem is fructus in Italia unedo,
stomachoque nocet, & capiti dolorem adfert, acer-
busque est admodum cum exigua quadam dulcedi-
ne. Cornis quidem, & canirubi fructu, & glandi-
bus, et αμυγδαλίας (sic aut comari fructus appella-
t) rustici passim uescuntur: reliquarum uero arborum
aut fruticum fructibus non admodum utuntur. Cum
tamen fames regionẽ nostrã aliquando inuasisset,
essetque magnus glandium ac mespilorum prouen-
tus, rustici in follis ipsa cõdentes, hyeme tota & ue-
re primo, pro frumentaceis edulijs, sunt usi. Prius
autem glandes huiusmodi, subibus erant pabu-
lum: Tunc uero, cum eos hyeme nutrire, ut ante
confue-

conſueuerant, non poſſent, initio quidem maſtan-
tes, iſſis in cibo ſunt uſi; poſt autem apertis foliis,
glandibus ueſci coeperunt, uarie ipſas ad eſum cō-
parantes. Interdum enim in aqua elixabant, & in
calidis cineribus celantes, mediocriter aſſabant,
poſt autem nonnunquam comminuentes, pulta-
rium ex iſſis conficiebāt; aliās aqua ſola conſper-
gentes, ſed condimentum aliquod immittentes;
aliās mel aſſuſcentes, aut lacti incoquentes. Ab
his autem copioſum eſt nutrimentum, neq; quid-
quam eſt eorum quæ haſtenus hoc ſecundo libro
expoſui, ei ſimile. Quandoquidem glandes æque
nutriunt, ac frumentaceorum eduliorum pleraq;
Atq; olim quidem (ut aūt) homines ex iſſis dun-
taxat uiuebant: Arcades autē, cum reliqui Græci
fructibus cerealibus uterent, eas diu in cibo reti-
nuerunt. Alimento autē, quod ex glandibus cor-
pori accedit, tardū eſt trāſitus, ac craſſi ſucci: quas
res cōſequitur, ut ipſe cōcoctus ſint difficiles. Cæ-
terum *μυγκυλος*, glande querna, ad omnia eſt de-
terior: quemadmodū hæc, glande caſtancarū quas
uocant. Omnium em̄ glandium hæc ſunt præſtan-
tiſſimæ. Sunt qui hos fructus *λεπίπυς* appellent. hi
nanq; inter fructus agreſtes & ſoli alimentum cor-
pori dant memorabile. Corna em̄ & ligna glans,
et rubi, et canirubi fructus, brabyla, *μυγκυλα*, xin-
zypha, diſophyra, alycacaba, terebinthi & acher-
di fructus; & quæ eiufdē ſunt generis, exigūū qui-
dem habent alimentum, uerū prauī ſucci ſunt om-
nia; præterea nonnulla ex iſſis ſunt, quæ & ſtoma-
chū lædunt, & cibo ſunt inſuētūda: ob id, ſuū ſunt
pabulum, & eorū quidem non domeſticorū, ſed
qui uitam in montibus degūt: his enim nutrimen-
tum ab iſſis fructibus plurimum accedit.

De alimento, quod à plantis iſſis ſumitur.

Non modo plantarum ſemina ac fructus, ſed
etiam iſtegras ipſas ſepenumero mādimus:
ſæpe autem, cum interdum urget neceſſitas, radi-
ces tantū, aut ſurculos, aut nouella germina. No-
ſtrates certe homines quanquam raparum (quas
& hūnīadas nominant) folia & caulem abijce-
re ſunt ſoliti, nonnunq; tamen penuria melioris ci-
barij, ipſa quoq; mandunt. Parī modo in radiculis
& iſſis quæ apud nos nomine uernaculo rhapsia ap-
pellant. Eſt autem hæc planta (ut ſic dicam) agre-
ſtis radícula. Ad hæc pyrethron, ſion, equapiū,
ſceniculū, ſcandicem, cichorion, chondrillā, gin-
gidion, daucon, & plurimarum arborum ac fruti-
cum tenera germina cocta, homines fame adaſti,
ſæpe mandunt: quædā etiam nulla urgēte fame, ut
qui palme uerticē mandunt, quē ipſius cerebrum
appellant. Quid iam loquar de teneris ſpinis? man-
duntur enim & ipſæ cum aceto & garo, nulla co-
gente fame, eſtq; cibus hic tolerabilis. Sunt qui o-
leum etiam iſſis adiſcant, præſertim cum prius in
aqua ſerbuerint. Vtuntur enim iſſis bifariam, ſæ-
pe quidem crudis, interdum autē & elixis. Porro
ſpinoſas plantas appello, ſcolimon, atractylida, e-
ringion, cnicon, atragida, & quam ſpinam albam
nominant, præterea ſpeciem alteram chamæleon

Galen.

Atis: quorum nonnulla ruſtici quidam in acetū mū-
riamue immittentes reponunt, eodem modo quod
rapas, cæpas, & quæ uocant ampelopraſa, pyre-
thron, & alia eiufmodi. Huius autē generis ſunt
cibaria, colocaſia, & quod abaton nuncupaſ. Ma-
niſeſtiſſimum autem eſt, quod omnia hæc, præter
quā quod exiguum corpori dant alimētum, ſuc-
cum etiam prauum generant. Ad hæc quædam ex
iſſis noxam ſtomacho adferunt; præter (ut di-
xi) ſpinas, quæ nūc nuper è terra emerſerint. Quæ
uero ex iſſis in muriā acetum ue iniſciantes, re-
ponunt, & in totum annum ſequentem aſſeruat,
ab ipſa præparatione uim quandam prouocandæ
appetentiæ acquirunt, ſiquis iſſis moderate uta-
tur: cuiufmodi ſunt uitiſcis turiones, & terebinthi.
B Hæc itaq; in plantis agreſtibus numerant; de qui-
bus id cōmuniter noſſe ſufficiat, quod omnes præ-
ui ſunt ſucci. Quod uero ad domeſticas attinet
non communiter, ſed priuatim cuiuſque facultate
noſſe longe præſtantiſſimū fuerit, & earum
potiſſimum, quibus aſſidue utimur: quæ etiā ob
id ipſum à nobis expetuntur, quod ea longa expe-
riētia comprobata ſunt, cæteris eſſe præſtantiora.
De iſſis igitur deinceps uerba faciemus, ſumpto ab
oleribus initio.

De lactuca.

Multi medici, quæadmodū fructibus autum-
nalibus, ficus: ita hoc olus alijs om̄ibus an-
tepoſuerūt. ſucci em̄ eſt, q̄ alia om̄ia, laudabilio-
ris. Quod autē in eo nonnulli reprehendūt: id maxi-
me eſt laudandū, qd̄ ſi reuera ei ineſſet, nullū, non
olerū modo, ſed ne optimū qdem ac nutriētiſſimū
ſucci eduliorū eſſet ſecundū. Sanguinē enim aūt
lactuā generare. Alij uero nō ſimpliciter ſanguinē
dicunt, ſed multū adiungūt, lactuā ſanguinē mul-
tum generare affirmantes. At hi etiam ſi prædictis
prudētius ipſam accuſant, magis tamen menti-
untur: tamenſi idipſum, quod multum ſanguinē
generat, nemo poteſt in ea iure reprehendere. per-
ſpicuum enim eſt, quod cibus is ſuccum habet o-
mnium ciborum præſtantiſſimum, ſiquidem ſua
pte natura ſanguinem quidem plurimum, aliorū
autem ſuccorum nullum generet. Quod ſi dixe-
rint ex lactuca plurimū ſanguinis aceruari, in eo
que ipſam accuſent, ſacillimum erit quod obijci-
unt, reſellere: cum poſſint, qui lactucis ueſcuntur,
laborem quidem augere, ipſarum autē eſum minue-
re. Verū hæc dixiſſe ſufficiat aduerſus eos, qui olus
hoc nō recte uituperant. Scire autē conuenit, qd̄ eſſi-
q̄era om̄ia ſanguinē gignant pauciſſimū ac præ-
ui ſucci, lactucam non multum quidem genera-
re, neque mali ſucci, non tamen omnino lauda-
bilis. Mandunt autē ipſam, ut plurimum quidem,
crudam. cum autē æſtatis tēpore accingere ſeſe ad
ſemen producēdum coeperit, in aqua dulci præco-
ctam ſumunt cum oleo, garo, & aceto, aut cum ali-
quo ſaſamentorū, condimentorū uue, & eorum
potiſſimū, quæ cū caſeo parant. Pleriq; autem pri-
us quā in caulem aſſurgat, ipſa utuntur, aquæ
incoquentes: quod ego nunc, ex quo dentes mihi

Tom. 2 C 3 male

male habet, coepi facere. Quidam meorum sodalium, conspicatus olus id iam olim quidē mihi esse consuetum, nunc tamen ipsius esum esse permolestum, auctor mihi fuit, ut ipsum coquerē. Aetate autem iuuenili, cum mihi uenterculus bili assidue infestaretur, lactuca, quod ipsum refrigerare, utebar; cum uero ad aetatem declinantē perueni, hoc olus fuit mihi aduersus insomnia remedio. tunc enim, contra ac in iuuentute, somnum mihi dedita opera conciliabā. graue enim mihi erat, praeter uoluntatem uigilare, quod mihi accidebat, partim quod in iuuentute meapte sponte uigilijs assueuerā: partim, quod declinantium aetas ad insomnia admodum est propensa. Itaq; lactuca uespere comansa, unicuique mihi insomnia erat ἀλυσία. Ceterum βριδανίη nil aliud uoco quam quod nunc homines βριδανία appellant, quandoquidē apud nos aliud quoddā est olus agreste, quod βριδανίη nuncupatur, quod in uis iplis nascitur, & locis fossarum eminentioribus, & praeterea herbosis aquosis uel (quae Graeci λεβάντας appellant) ac plerisque incultis. Exiguum autem est id olus, instar lactucae hortensis nunc nuper enata, amarorisque quidpiam praese fert, & multo adhuc magis dum adoleuit, ubi autem caulem iam produxerit, saporem amarum habet uel manifestissimum. Porro huic lactucae aliud praeterea olus est simile, quam chondrillam appellant, quae citius in caulem assurgit, amaritudinemque habet magis perspicuam, & lentum quendam succum albumque, cuiusmodi est tithymalorum succus, non tamen acer perinde ut ille; uti murci interdum ipso ad pilos in palpebris reglutiandos. Haec igitur olera, quod a hortensibus secerantur, agrestia nuncupantur; de quibus paulo ante communiter tradidimus. De lactuca autem hortensi, quam omnes mandere, & βριδανία nominare consueuerunt, summam rursus memoriam causa repetens, dicam ipsam, succum quidem habere frigidum & humidum, non tamen prauum esse succi, quod fit, ut neque coctione penitus excidat, neque, quo modo reliqua olera, uentrem sistat, quemadmodum etiam non proritat, quae ipsi iure accidunt, ut neque nihil habeat, neque austeri, neque acerbis, a quibus in uenerisum uenter sistitur: quemadmodum a salis & acris, & omnino ab iis, quae uim quandam habent detergendi, ad excretionem incitatur, quorum etiam nihil lactucae inest.

De feri.

Nam quos solos Romani intybos appellant, ueteres Athenienses ferē duntaxat nominant, an & alia quaedam olera agrestia, nequeo certo affirmare. Ceterum intybi facultatem habent lactucis adsimilem; suauitate tamen, & alijs, quae supra de lactucis fuerunt comprehensa, ab ipsis relinquuntur.

De malua.

Quemadmodum βριδανίη quae lactuca agrestis, ab hortensi: ita malua agrestis, a satiuā est diuersa. Plantae enim congeneres in eo inter se dissident, quod agrestis quidem siccitate, satiuā

uero humiditate superat. Porro succo maluae lentor quidam inest, quod lactucae non inest, a refrigerandoque abest perspicue, id quod etiam antequam edas, intelliges, si utrumque olus uicissim calido cuiuspiam affectui, ut erysipelati, cataplasmatism modo adplicueris: quod etiam uulgo faciunt, tenera folia diligenter ad exactum laeuorem conterentes. Senties enim in hoc cataplasmate lactucā quidē manifeste refrigerare, maluam autem, calorem quendam habere moderatum ac tepidum. Ceterum hoc olus facile subducitur, non modo propter humiditatem, uerumetiam propter lentore, & potissimum quando quis cum oleo & garo copiosam ipsam sumpserit. Nutrit autē & ipsa medicocriter. Nam si triū horum olerū succum compararis, betae quidem, tenuium est partium, tergendique facultate est praeditus: maluae autem, crassius magis est & lentus; lactucae, inter utrumque est medius.

De beta.

Maluam quidem, ut lactucam, diximus non modo esse satiuam, sed etiam etiam quandam esse agrestem; nulla autē beta est agrestis, nisi quis lapathon ita nominare uelit. Succus autem betarum tergendum uim habet manifestam; adeo ut uentrem ad excernendum excitet, & stomachum interdum mordicet, praeterim quibus natura sensu exactiore est praeditus; ob idque edulium id stomacho est noxium, si largius sumatur; corpori autē ab ipsa, ut ab alijs oleribus, paucum alimentum accedit. Verum obstructum hepar, malua magis aperit, & multo magis, si cum sinapi, aut omnino saltem cum aceto mandatur. Lienosis item eodem modo sumpta, utile est medicamentum. Iure enim quis ipsam ita mansam medicamentum potius quam alimentum dixerit; uidemusque homines ferē omnia eiusmodi, obsoniorum non alimentorum uice esitare: quemadmodum etiam interdum porrum mandunt, & pulegium, thymum, origanum, capā, praeterea & allium, & cardamum, & alia id genus.

De brassica.

Hanc quoque plerique ut obsonium mandunt; medici autem ut siccante medicamento utuntur. Dicta autem iam quaedam de hac fuerunt in libris de medicamentorum facultatibus, tum etiam in libro superiore. Nunc autē summam dicemus, ipsius quidem succum facultatē habere purgatricem; corpus autem ipsum, communi siccantium ratione sistere magis, quam ad deiciendum incitare. Cum igitur, quae in uentre continentur, excernere uoluerimus, e propinquo caccabo, in quo cocta cum aqua fuerit, extractam ipsam protinus in uasa, in quibus oleum cum garo paratum fuerit, conijcere conueniet; nihil autem retulerit, si salem loco gari sumpseris. Quod si humentem alui siccare uoluerimus, priore aqua, ubi brassica medicocriter cocta uidebitur, effundentes, alia calidā mox iniiciemus; ac deinde rursus brassicā, quoad contabuerit, ei incoquemus: quod non facimus cum uetris gratia deijcendi sumis. uolumus enim hoc casu proprii ipsius succum omnē non deponere, sed

sed quoad fieri maxime licet, retinere. Porro nihil a quod coquitur, propriū succum seruare omnino potest: quin potius omnem abijciat, si coctum diutius fuerit. Quin & lenticulam diximus eodē modo brassicam modo oportere parare, ut quæ utrunq; possit efficere, uētris subductionem scilicet, & cohibitionem. Vocatur autem quæ sic paratur; bis cocta, non lens modo & brassica, sed & capa & porrum, & multo magis ampeloprasum & alliu.

Quod siquid aliud à ueteri natura ad contrariam uelis traducere, sic parabis, huius ante omnia memor, nihil quod bis coquitur, oportere, neq; aerē, neq; aquam frigidam contingere; non enim poterit amplius, etiam si diutissime coxeris, plane tabescere, sed oportet, ut paulo ante diximus, aquā calidam habere paratam, ut cum ex priore extraxeris, in illam protinus conijcias. Lens itaq; & brassica æquali inter semensura siccant, ob idq; uisum heberant, nisi forte totus oculus humidior fuerit quam naturalis habitus postulet. At lens quidem non exiguum corpori dat alimētum, idq; crassum ac melancholicum; brassica uero paucum habet alimētum, idq; quam lens humidius, ut quæ edulium est non firmum, sed laxum: succum tamē habet non probum ut lactuca, sed prauum & graueolentem. Quod uero ad urinas attinet, nihil ipsas (quod sciam) insigniter neq; prouocant, neq; morantur. Qui per ditillissimam ac falsam doctrinam cōsecantur, olus hoc *ῥαφανόν* contendunt appellari: perinde ac si iam cum ijs Atheniensibus, qui ante sexcentos annos fuerunt, nobis esset sermo, non cum Grecis qui nunc sunt, quibus omnibus mos est, in nulla alia planta, brassicæ nomine uti.

De atriplice & blito.

Hæc sunt alijs oleribus aquosiora, & ut sic dicā, *ῥηϊνια*, id est, qualitatis expertia, magis quam cucurbita, aut saltem nō minus, cum cocta uidelicet fuerint. Sola enim inter eiusmodi olera, lactuca utroq; modo manditur. Quod si quis atriplicis & bliti qualitatem gustu affecutus, brassicæ deinde recorderetur, fatebitur lactucam esse in medio horum olerum & brassicæ, quando hæc quidem siccatur admodum: illa autem omnino sunt aquea. quod fit, ut non ex solo oleo & garo ipsa mandant, sed acetum etiam iniiciant; alioquin eū stomacho sunt noxia. Dictum autē nobis fuit, quod olera huiusmodi ad facilem deiectionem quodammodo sunt propensa, & potissimū, si cum humiditate lubricum quiddam habeant: propensio nem tamen, ac momentum pessum habent nō forte, sed exiguum, propterea quod nulla qualitas ipsi inest acris aut nitrosa, quæ uentrem ad excernendum excitet. Manifestum porro est, quod alimētum à seipsis corpori præbent exiguum.

De portulaca.

Quidam portulaca uiuntur ut cibo: nutritiū tum autem habet exile, idq; humidum & frigidum & lentum: ut medicamentum autem, stuporem dentium sanat suo lentore morsus experte, de qua fufius in opere de medicamentis paratu fa-

cilibus tradimus.

De lapatho.

Let cuius, ut ante diximus, lapathum, appellare betam agrestem, ut quod non gustu modo, sed uiribus etiam betæ hortensi est ad simile: uerū cum beta lapatho sit suauior, idcirco nemo est, qui non ipsa libentius uescatur. Proinde nihil est quod ego plura de lapatho commemorem, cum omnia, quæ opus erant, in beta exposuerim.

De oxylapatho.

Vel nomen ipsum, plantæ huius qualitatem ac uires indicat: est enim lapathum acidū. Quod aut ad lapathum attinet, nemo est qui crudum ipsum mandat: quemadmodum neq; betam: oxylapathum tamen mulieres rusticæ pica laborantes, interdum & pueri quidam gulosi crudum manducant. Perspicuum autē est, quod olus hoc ex eorum est genere, quæ non nutriūt multo magis quā lapathū.

De solano.

Inter ea olera quibus uescimur, nullum noui, quod tantam habeat adstrictionem, quantā solanum. Merito igitur raro quidem ipso utimur ut alimento, ut medicamento autē assidue. efficax enim est in ijs, in quibus adstrictionis refrigerantis usus incidit: minimi autem est alimenti.

De plantis spinosis.

Peri quæ rusticorum plantis huiusmodi è terra nunc nuper emeris, prius quā ipsarū folia in spinas desinant, uescuntur, non crudis modo, sed in aqua etiā elixis: crudas quidē aceto et garo intingentes: coctis uero præter hæc oleū adfundentes. Quod aut olera omnia nutrimentū habeant paucissimū, & ipsum quidē tenue & aquosum, dictū supra nobis fuit: spinosa uero stomachū mediocriter iuuant. Inter has plantas sunt scolimos, atractylis, & quam spinam albam appellant, dipsacus, cnicus, tragacantha, atragis, & quam pluris quam conueniat, æstimant, cinara.

De cinara.

Omnes qui uulgarem consuetudinē fugitāt, plantam hanc *κύναρα* appellant, non per *κ* & *ι*, sed per *κ* & *υ* primam syllabam pronunciantes. Præter aut succi est eduliū, & maxime cum pluseculum iam obduruerit. Etenim tunc succū biliosum in seipsa continet copiosiore, totamq; substantiā habet duriores: adeo ut ex ea quidem succus melancholicus: ex ipso aut succo, tenuis ac biliosissimus gignatur. Satiū igitur fuerit, ipsam elixā mādere, sic, ut si quis cum oleo, garo, & uino ipsam sumat, coriandrum iniiciat: sin uero in patina paret, aut frigat in sartagine, hæc semoueat. Multi enim eo modo ipsarum uelut capita, quæ spondylos nominant, mandunt.

De apio, equapio, sio, & smyrnio.

Hæc omnia urinas cient, inter quæ apium est uisitatissimum & suaue, & stomacho gratū: equapium autem, & sion, insuauiora: smyrnium uero nō est uisitatum, siquidem Romæ maxima copia uēditur, acriusq; multo est, quā apium & calidius: præterea aromaticū etiā habet quiddā. Proinde urinas prouocat ualētius, quā apium, equapiū,

& sion.

& sion, mensesq; mulieribus mouet. Vere autem A
caulem producit, qui crudus uescus est non aliter
quàm folia, quæ hyeme sola plantæ inerant caulē
 nondum habenti, ut neq; tum apium habet. Postea
 uero accedente caule, tota planta iucundior reddi
 tur, siue quis crudam ipsam, siue elixam mandat,
 siue cum oleo & garo, siue uinum uelit adijcere, si
 ue acetum. Sunt qui cum aceto solo & garo man
 dant, quo modo et apium; alij autem olei non nihil
 ijs adijciunt. Cæterum equapium & sion cocta
 manducant; utrunq; enim ipsorum crudum, est in
 suaue. Sunt qui apium & smyrnium, folijs lactuæ
 mista, manducant; nam cum lactuca olus sit insipi
 dum, succumq; præterea habeat frigidum, nō mo
 do suauior, sed utilior etiam redditur, si acrium ole
 rum quoddam adsumpserit: ob eam certe causam
 nonnulli cruce ac porri folia, alij ocimi ipsi admī
 scent. Romæ autem uulgo sam omnes homines
 olus id non smyrnium, sed olus atrum nominant;
 quod forte aliquis omnino ne inter alimenta qui
 dem numerare dignabitur, quemadmodum neq;
 sion, neq; equapium: sed omnia huiusmodi sta
 tuet cōsorum esse opsonia, quemadmodum & ce
 pas, & allia, & porra, & ampeloprasa, & (ut in sum
 ma dicam) omnia acria. Huius autem generis est
 ruta, hyssopus, origanum, sceniculus, coriādrum,
 de quibus in commentarijs de opsonijs, disputa
 tur: qui medicis quidem & cocis quodāmodo sūt
 communes: finis tamen utrorūq; ac scopus, est pe
 culiaris. Quandoquidem nos utilitatem, quæ ex
 cibis prouenit, spectamus, non uoluptatem. Qui
 buisdam tamē cibi insuauitas, magna ex parte cau
 sa est, quō minus ipsum conficiant. Ob eam igitur
 causam, satius fuerit, cibos mediocriter cōdire. Co
 quendum autem suauitas, condimentis ut plurimū
 uti consueuit adeo prauis, ut ipsa coctioni plus no
 ceant, quàm commodent.

De erucā.

Hoc olus manifestissime calfacit, proinde so
 lum ipsum mandere, nisi lactuæ folijs mi
 sceatur, non est facile. Semen autem generare cre
 ditur, & coeūdū appetitum excitare. Capiti etiam
 dolorē infert, præsertim si quis ipso solo uescatur.

De acalyphe, id est, urtica, quam &
 cnidem nominant.

Herbarum agrestium una hæc est, tenuiumq;
 Hest partium ac uirium, unde nemo ipsa ut ali
 mento iure utitur, nisi fame maxima prematur; uti
 lis autem est, ut obsonium ac medicamentū, quod
 aluum deijcit.

De gingidio & scandice.

Gingidij maximus est in Syria prouentus:
 Gmanditurq; non aliter quàm scandix apud
 nos, stomachumq; admodum iuuat, siue crudum,
 siue elixum ipsum mandere uelis: elixationem au
 tem diuturniorē non tolerat. Sunt qui ipsum mā
 dāt cum oleo & garo, alij autem uinum etiam uel
 acetum inijciunt, multoq; magis ita stomachū iu
 uat; collapsamq; appetentiam, si cum aceto suma
 tur, excitat. Perspicuum porro est, quod hæc her

ba medicamentum potius est, q̄ alimentum. Ha
 bet enim perspicue adstrictionem, & amarorem
 non medioerem.

De ocimo.

PLeriq; hoc quoq; utuntur ut obsonio, cum o
 leo & garo ipsum mandentes: uitiosi autem
 est succi: quæ res impulit quosdam, ut falsa de eo
 prodiderint, affirmantes ipsum celerrime paucis
 diebus scorpiones generare, si tritum in ollam in
 anem immitteretur, & potissimum, si quis quoti
 die ollam ad solem calfecerit: uerum id quidē fal
 sum est, uere aut ipsam dixeris olus stomacho esse
 noxium, prauisq; succi, & concoctu difficile.

De sceniculo.

QVemadmodum anethum, ita sceniculus in
 terdum sua sponte nascitur: serunt tamen &
 ipsum in hortis: utunturq; assidue anetho quidem,
 in condimentis: sceniculo autem, etiā ut obsonio.
 Nam apud nos reponunt ipsum, eodē modo quo
 pyrethrum & terebīnthum componentes, adeo
 ut in totum annum sit utilis: quemadmodum cæ
 pas component, & rapas, & alia id genus: quorū
 alia quidem cum aceto solo, alia cum aceto & mu
 ria simul component.

De asparagis.

VTrum syllaba secunda nominis asparagij per
 ph, sit pronūcianda, an per p (ut omnes nūc
 proferunt) disquirere nunc, non est propositum.
 Hæc em scribimus ijs, quibus sanitatem tueri est
 propositum, non sermonis Attici affectatoribus,
 qui sanē in eo uidentur, neq; Platonis scripta, neq;
 ipsius mentem intelligere. Cum igitur Græci pro
 pemo dū omnes, teneros caules, quo tempore ad
 fructus ac seminis productionem augescunt, aspa
 ragos per p; appellent, ipsorum facultatem expo
 nemus, ijs, qui ipsis utuntur, quo lubet nomine ap
 pellare permittentes. Multa sanē olera, & in sum
 plantæ multæ, suapte natura huiusmodi germi
 na producunt quidem, non omnia tamen mandū
 tur: ob eam causam (ut in alijs antea fecimus) de
 uisitationibus uerba faciemus. Brassicæ igitur ger
 men (quod nonnulli *κῆμα* etiam nominant, arbi
 tror per contractionē nominis tryfillabi *κῆματος*)
 minus quàm brassica ipsa siccatur: tametsi aliorum
 olerum caulis temperatura est ut plurimum, q̄ so
 lia, sicciore, potissimum cum iam prope est, ut se
 men profundant. Dico autem alia olera esse hæc,
 lactucam, atriplicem, blitum, betam, maluam. Cō
 tra uero accidit, ut radiculæ asparagus, & rapæ, si
 napi, cardami, pyrethri, et omnium propemodum
 acrium & calidorum sit humidior. Bulbus autem
 & apium, sion, eruca, ocimum, oxylapathum, la
 pathum, & omnes olera cæi generis herbæ ante q̄
 semen effundant, eiusmodi caulem quandam pro
 ducunt, qui post semen effusum siccatur, sitq; ad ci
 bum hominibus inutilis. Hæc autem omnia aque
 incocta mandunt cum oleo & garo, pauco aceto
 adiecto: ita em iucundiora sunt, stomachumq; ma
 gis iuuant: alimentum tamē paucum dant corpo
 ri, & id non boni succi.

De

De alio genere asparagorum.

Aliud autem asparagorum est genus, quod in plantis fruticosis provenit, oxymyr sine, chamædaphne, & oxyacantha. Ab ijs præterea alij sunt diuersi, quorum alius regius, alius ἐλασις nominatur: quemadmodum & alius est bryonia ab ijs diuersus. Omnes autem stomachum iuuant, urinamque cient, & parum nutriunt. Si tamen ij belle conficiantur, tanto firmitus alunt, quam olerum asparagi, quod ipsi sunt sicciore. Porro arborum ac fruticum germina inter se quodammodo sunt similia, non tamen omnino eadem: arborum enim germina sunt lignosiora. Proinde de ipsis quoque seorsum nobis deinceps est dicendum.

De germinibus.

Arborum ac fruticum germina, olerum asparagis proportionem respondent. Sunt enim hæc quoque productiones quedam, cum planta ipsa fructum parat producere. In eo tamē differunt, quod arborum quidem stipes (qui cauli oleaceorum & herbaceorum proportionem respondet) perpetuo manet: in illis autem caulibus est annuus. Omnia igitur arborum ac fruticum germina, aquæ incocta mandipossunt, præter insuauia quædam ac medicamentosa: cum tamen uulgo alijs cibis præstantioribus adfluunt, illis abstinent: uescuntur tamen, urgente fame. Nam nutriti & ipsa aliquantum, si confecta probe fuerint. Omnium autem præstantissima sunt, terebinthi, & uiticis, uitis, iunci, rubi, & canirubi germina. Nostrates autem terebinthi germina in aceto, uel muria & aceto simul, cōdentes reponunt.

De discrimine quod partibus plantarum esculentarum inest.

Optare uera esse, quæ Mnesitheus in opere de alimentis conscripsit. Vniuersalia enim præcepta, si uera sunt, multa paucis uerbis docēt: quemadmodum, si falsa sunt, multum sunt perniciofa. Quæ igitur Mnesitheus de partibus plantarum in uniuersum præcipit, hæc sunt. Primum igitur radices omnes concoctæ sunt difficiles, turbæque inferunt: uerbi gratia, radiculæ, alij, cæpæ, rapæ, & reliquorum eiusdem generis. Quorum enim radix, seu quod intra terram provenit, est esculentum, omnia hæc, inter ea, quæ concoctæ sunt difficilia, numerantur. Nam cum radices, sursum omnibus plantarum partibus mittant alimentum, accidit ut humorem multum in seipsis colligant, eumque crudum habeant plurimum: neque enim fieri potest ut ipse totus sit concoctus, quando quod coctum est, id perfectum esse uidetur. Atqui humor qui radicibus inest, alibi in partes plantæ distributus, coctionem perfectam acquirat necesse est: partes enim omnes à radicibus alimentum recipiunt. necesse igitur est, ibidem humores crudos aceruari: quo loco coctionem absolutam quæ fit in partibus superioribus, expectant. Non abs re igitur in radicibus plurimum humoris crudi continetur. Merito sanè & corporibus nostris alimentum ab ijs relinquitur.

A humidum ac turbationis plenum. Hæc tibi Mnesitheus est sententia, quæ uerbis quidem uidetur probabilis, experientia autem falsa esse conuincitur. Siquidem radiculæ radicem habent caule ipso ac folijs multo acriorem, similiter & cæpa, ampeloprasum, porrum, & allium. Quod si betæ quoque, & maluæ, & rapæ radicem comparare ad folia uolueris, plus uirium in ea inuenies: quemadmodum & in althea, quæ agrestis quedam malua esse uidetur. Nam radix ipsius ut & betæ, cum tumores multos pituitosos discutiat, facultatem suam indicat: id quod ipsorum folia nequeunt efficere. Quin & plantarum medicamentosarum, quibus radices prædictis sunt similes, folia sunt imbecilliora, ut cyclamini, scyllæ, ari, dracontij, ac complurium aliorum. Vt enim in alijs plantis substantiæ pars maxima, in caule est ac stipite: ita in ijs, in radice, quam radicem ipsarum natura auget maxime, ac nutrit: & quod in ea probe confectum non fuerit, in folia et caulem excernit. Hæc igitur hyeme radicem habent magnam: uere autem, cum semen parant producere, caulem proferunt. Videtur autem natura in animalibus quoque interdum totius substantiæ animalis excremento (quemadmodum & Aristoteles prodidit) ad partium quarundam non necessarium procreationem abuti, ut in ceruis quidē ad cornua: in alijs autem animalibus ad pilos ac spinas multas et magnas producendas. Tutius itaque est, gustantem prius atque olfacientem, singulas plantarum partes ipsas per se explorare: post autem mandentem experiri. Quandoquidem olfactus ac gustus, cuiusmodi saporem ac odorem pars plantæ habeat, edocentes, cum ijs etiam temperamentum omne statim ostendunt. Experientia autem, si modo quis ipsam cum proprijs limitationibus fecerit, facultas ipsa planè inuenitur. Interdum etiam cum ijs, ipsius plantæ consistentia cum succo, qui ipsi inest, indicat. Quædam enim succum habent humidum quendam & aqueum, aliæ crassum uel lentum, quos etiam succos priuatim rursum gustare conueniet. Quidam enim ex ipsis sunt acres, aut acidi, aut amari, alij falsi: quemadmodum & quidam ipsorum sunt austeri, alij acerbij, alij aequi aut dulces. Non est igitur audiendus Mnesitheus, tãquam uerum in uniuersum dicat, sed potius singulas plantarum partes, ipsas per se experientia examinandas.

De rapis.

Huius plantæ (quam γογγυλιδæ aut βριδιδα hapelles licet) oleraceum quidem est, quod terra extat: radix autem quæ terra continetur, dura quidem est, nisi coquatur, & non esculentia: quæ autem incocta, nulla plantarum congenerum minus nutrit. Hanc quoque uarie uulgo adparat, adeo ut in muria uel aceto condentes, in totum annum ipsa utantur. Succum autem in corpus distribuit mediocri crassiore: proinde si quis ipsa liberalius uescatur, succum crudum, quem uocant, accruabit, potissimum si ipsam minus iusto in uentriculo cōfecerit. Quod uero ad uentrem attinet, nemo

nemo ipsam neque deijcere, neque sistere dixerit, praesertim cum cocta belle fuerit. Coctionem enim diuturniorem postulat; eaque est laudatissima, quae cocta bis fuerit, quemadmodum prius de eiusmodi preparatione docuimus. Quod si sumpta crudior fuerit, concoctu est difficilior ac flatulenta, stomachoque noxia. Nonnunquam autem & uentrem mordicat.

De aro.

Manditur & huius plantae radix eodem modo, quo rapi. In quibusdam autem regionibus acrior quodammodo prouenit, ut prope ad draconis radicem accedat; & dum ipsam coquis, priore aqua effusa, in aliam calidam conuenit conijcere: quemadmodum in brassica ac lente diximus. Ad Cyrenem autem planta haec a nostrate est diuersa. Nam in illis locis arum minime est medicamentosum & acre, ut rapis etiam sit utilius; idcirco hanc quoque radicem in Italiam aduehunt, ut quae longiori tempore imputris & sine germine possit perdurare. Perspicuum autem est, quod talis in cibo quidem est praestantior; si quis tamen humores crassos uel lentos in thorace & pulmonibus collectos, tunc si uelit eijcere, acrior ac medicamentosa magis, est preferenda. Manditur autem & aquae cum sinapi uel aceto incocta, cum oleo & garo, atque etiam cum condimentis, quae Graeci *υποσπριματα* nominant, saleque & ijs, quae ex caseo parantur. Non obscurum etiam est, quod succus, qui ex ipsa in hepar & totum corpus distribuitur, ex quo animalia aluntur, crassior quodammodo est, quemadmodum de rapis diximus: potissimum cum radices ipsae, qualitatis medicamentosae fuerint expertes: cuiusmodi sunt quae Cyrenis adferunt. Quandoquidem apud nos in Asia arum magna ex parte est acrior, facultatemque habet iam medicamentosam.

De draconio.

Huius quoque radicem bis ter uel elixantes, quoad medicamentosum omne deposuerit, nonnunquam exhibemus mandendam, quemadmodum & ari, quando humores crassi & lenti, qui in thorace ac pulmonibus habentur, uel maiore indigent. Commune autem id in omnibus cibarijs memoria est tenendum, quod acria quidem & amara, si edantur, corpus parcius nutriunt; insipida autem & ijs adhuc magis dulcia, multum: & multo magis, si compactam habeant substantiam, ut neque humida sint consistentia, neque crassa, neque laxa. Haec certe si perpetuo memoria teneris, & praeterea attenderis, num singula quae explorant, dum elixantur, aut assantur, aut in sartagine parantur, suae qualitatis uehementiam deponant, nihil erit quod a me de omnibus speciatim audire desideres, sed (quod in alijs feci) ea potissimum exponam, quibus assidue uestimur.

De asphodelo.

Radix asphodeli & magnitudine & figura & amarore scillae radici quodammodo est similis: si ramen, ut lupini, paretur, maximam partem sui amaroris deponit; in coque a scilla discrepat. Nam

scillae qualitas difficillime eluitur. Hesiodus certe asphodelum laudat, cum sic ait, Nec quanta in malua atque albico sint bona norunt. Equidem noui quosdam rusticos, qui grassante fame, uix tandem compluribus elixationibus macerationibusque in aqua dulci, esculentam ipsam reddiderint. Porro haec quoque radix, quemadmodum & draconis, facultatem habet tenuandi atque aperiendi. Proinde quidam pro summo remedio ipsius asparagi iustero laborantibus exhibent.

De bulbis.

Bulbi quoque eiusdem cum praedictis sunt generis. Manditur enim ipsorum radix sine folijs: uere autem, interdum & asparagus: facultatem autem habet in se amaram & austeram, eamque insignem, unde etiam stomachum exolutum, ad appetendum quodammodo excitat; & quanquam corporis substantiam habeat crassiorem ac lentam magis, non tamen aduersatur ne ijs quidem, qui ex thorace ac pulmonibus aliquid conantur expuere; sed cum amaritudo ipsa, suapte natura, crassa ac leuiter incidat, crassitie aduersatur, quemadmodum in commentarijs de medicamentis docuimus. Quapropter si elixi bis fuerint, magis quidem nutriunt; uerum cum amarorem omnem iam deposuerint, aduersabuntur ijs quae sputo sunt eijcienda. Melius autem tunc fuerit ipsos ex aceto, oleo, & garo mistis, mandere: suauiores enim sic quidem fiunt, & magis nutrientes, flatusque magis expertes, ac concoctu faciliores. Quidam autem ex ipsorum esu liberaliore, semen sibi inauctum, seque ad uenerem acriores redditos, manifeste senserunt. Varie autem ipsos uulgo adparant; nam non modo in aqua elixos, ut dixi, mandunt, uerum etiam patinas ex ipsis uarie condiunt. Sunt qui & frigos, alij allos super prunas mandunt: uerum hi quidem diuturnam elixationem non substinent, sed exigua admodum sunt contenti. Quidam autem austeritate ipsorum atque amarore seruatis delectati, omnino non elixant. incitant enim ipsos magis ad cibum capeffendum: iuuabuntur tamen, si duos aut tres dies ipsis, ut appetentiam excitantibus, usi fuerint. Quod si ijs ita paratis largius utantur, & potissimum, si (ut solent) crudiores sumant, in cruditate rursus incident. Sunt qui flatus etiam & tormina, nisi belle fuerint elixi, inferant. Ceterum alimentum, quod ex ijs ita manlis sit, non boni est succi: ex ijs autem qui plurimum, aut, ut diximus, bis elixi fuerint, succus gignitur crassior quidem, uerum praestantior alioqui, & qui ualentius nutriat.

De pastinaca, dauco,

& caro.

Horum quoque radices manduntur, minus tamen quam rape, & arum Cyrenaicum nutriunt. Calfaciunt autem insigniter, & aromaticon quiddam ostentant: ceterum, quo modo & alijs radicibus, conficiendi difficultas ipsis inest. Urina autem ciens: & si quis ipsis copiosius utatur, uisiosum succum, mediocriter gignent. Cari tamen radix melioris est succi, quam pastinacae. Quidam autem pastinacae agrestem,

agrestem, uocant daucum: qui urinam quidē modo potētius, medicamētosior tamen iam est, multumq; si quis eo uesti uelit, est elixandus.

De tuberibus.

HAec quoq; radicibus, aut bulbis sunt adnumeranda: ut quæ nullam qualitatem habeant insignem. Proinde qui ipsis utuntur, utuntur ad condimenta excipienda: quemadmodum & alij, quæ uocant insipida, & innoxia; & ad gustū aquosa. Quibus omnibus est commune, ut alimētum, quod ab ipsis in corpus distribuitur, nullam insignem habeat facultatem, sed sub frigidum quidem sit, crassitie uero quale id ipsum est, quod sumptū fuerit. crassius quidem est, quod ex tuberibus: humidius autem ac tenuius, quod ex cucurbita: atq; in alijs proportionē.

De fungis.

EX fungis boleti, si belle in aqua elixi fuerint, prope accedunt ad cibos insipidos: non tamē sic solis ipsis uulgo utuntur, sed adparant uarie, & condiunt, ut alia omnia, quæ nulla insigni qualitate sunt prædita. Alimentum autem ex ipsis est pituitosum, & frigidum uidelicet, paruicq; est succi, si quis ipsis largius utatur: omnium igitur fungorū huiusmodi minimum sunt noxij: secundi aut post hos sunt amanitæ. Reliquos uero tutius est omnino ne attingere quidem: multi enim ex ipsorum esu interierunt. Equidem noui quēdam, cui post boletorum non satis elixorum (qui innocentissimi esse putantur) usum largiorem, os uentriculi pressum ac grauatū coarctatumq; fuit, difficilemque habuit respirationem, & in animi deliquium incidit, sudoreq; frigidum sudauit, ac demum seruari ægre sumptis ijs quæ humores crassos incidunt, potuit: cuius generis est oxymeli ipsum per se, & cum hyssopo & origano ipsi mediocriter incoctis. Is enim tum hæc sumpsit, tum nitri spumā ipsis insperfam: post quæ fungos, quos comederat, uomuit, qui iam quodāmodo in succum pituitosum frigidumq; admodū ac crassum erant mutati.

De radícula.

VRbani quidem homines solam ipsam crudā ut plurimum, ante alios sanē cibos cum garo alui deiciendæ gratia mandunt: quidam autem aceti quidpiam admiscunt: Rustici uero cum pane sæpenumero uestuntur, ut alijs obsonijs, quæ sua sponte proueniunt: in quibus organum uiride, & cardamum, thymus, satureia, pulegium, serpyllū, menta, calaminthe, pyrethrum, & eruca. Omnia enim hæc uiridia, obsonia sunt esculentia, mandunturq; cum alimentis, suntq; ex genere plantarū herbacearum. Radiculæ autem caulem etiam ac folia mandunt, sed coacti potius, q̃ uoluntarij. Radix tamen ex ijs est, quibus assidue uestimur, estq; obsonium magis q̃ alimentum: nimirum quæ & ipsa cum manifesta calfactione attenuandi habet facultatem. Nam qualitas acris in ipsa superat. Vere autem caulem quendam, qui in altum assurgit, genere consuevit, quemadmodum & alia omnia, quæ caulem sunt productura: quem caulem elixā

tes mandunt cum oleo & garo & aceto, ut rapæ caulem, ac sinapi, & lactuce. nutritq; magis caulibus iste, q̃ cruda radícula, ut qui in aqua acrimoniā omnem deponat, paucissimum tamen & ipse habet alimentum. Quidam autem non caulem modo, sed & radículas ipsas elixantes mandunt non aliter ac rapas, mirariq; subit eos medicos, atq; idiotas, qui post cœnam, coctionis iuuandæ gratia, crudas ipsas esitant: ipsi quidem hanc rem experientia satis sibi exploratā esse affirmant, qui tamen ipsos sunt imitati, omnes læsi fuerunt.

De capis, alijs, porris, & ampeloprasis.

HArum quoq; plantarum radices quidē uulgo frequentissime esitant, caulem autem raro, & folia, quæ & ipsa pro portione radicum acerbimodum habent facultatem. Corpus calfaciunt, & qui in ipso sunt, humores crassos tenuant, lētosq; incidunt. Si tamē bis ter uel elixi fuerint, acrimoniā quidem deponunt, tenuant tamen adhuc, & alimentum corpori dant paucissimum, quod certe prius q̃ elixa essent, omnino non dabant. Ceterum allium quidem mandunt, non ut obsoniū, sed ut salubre medicamentum, quod digerendi, & obstructions aperiendi habet facultatem. Quod si elixum parum fuerit, adeo ut acrimoniā deposuerit, uires quidem habet imbecilliores, succi autem prauitatem nō amplius retinet. Quemadmodum nec porra quidē, nec capæ, cum elixa bis fuerint. Ampeloprasa uero tantum a porris dissident, quātum, in alijs omnibus congeneribus, agrestia a domesticis differunt. Quidam autem in totū annum sequentem, ut capas aceto condientes, sic & ampeloprasa reponunt, fiantq; in cibo prestantiora, ac minus habent uitiosi succi. Abstinentiū tamen ab assiduo usu omnium acrium, & potissimū cum is qui ipsis uestitur, natura fuerit biliosus. Solis enim qui uel succum pituitosum, uel crudū & crassum ac lentum aceruarint, cibi eiusmodi sunt accommodati.

GALENI DE ALIMEN-

TORVM FACVLTA TIBVS

Liber tertius.

MARTINO GREGORIO INTERPR.

RElíquum autem fuerit, de alimento, quod ab animalibus sumitur, pertractare, quod non paucas habet facultatum differentias, tum in partibus, tum in quibusdā, quæ in partibus ipsis continentur, aut generantur: cuius generis sunt oua, lac, caseus, butyrum, & sanguis.

De alimento, quod a gressilibus animalibus sumitur.

PArtes animalium omnes, non eadem facultate sunt prædita: sed carnes quidem, cum prope elixa fuerint, optimum gignunt sanguinem, & potissimum, si ex animalium boni succi fuerint, cuiusmodi est suum genus: nam partes neruosa

iusto

iusto sunt pituitosiores. Omnium itaq; ciborum, suum caro potentissime nutrit. Cuius rei athletæ certissimum tibi præbent indicium. Si enim paribus exercitationibus parem molem alterius cibi pridie totum diem comederint, postero die statim sentient sese redditos imbecilliores. Quod si pluri-
bus deinceps diebus id fecerint, non imbecilliores modo, uerum etiam alimenti penuria macilentiores palam conspiciuntur. Idem etiam de eo quod dicimus, potes in pueris, qui in palæstra sese exercent, experiri, & in alijs, qui quamlibet actionem fortem ac uehementem (cuiusmodi est fodientium) obeunt. Porro carnes bubulæ alimentum quidem & ipsæ corpori suggerunt non mediocriter, neq; dissipatu facile: sanguinem tamen generant, q̄ conueniat, crassiorē. Quod si quis temperamento naturali melancholicus magis fuerit, affectu aliquo melancholico prehēdetur, si largius his uestatur. Affectus autē melancholici sunt, cancer, elephas, scabies, lepra, febris quartana, & quæ peculiari nomine melancholia nominatur. Lien autē quibusdam à tali succo intumuit: quam rem καχεξία, id est, prauus habitus, & hydropes sepe numero sunt consecuti. Cæterum quantum carnes bubulæ totius suæ substantiæ crassitie, suillam superant, tanto suillæ bubulas lentore antecedunt. Cæterum ex suum carnibus, hominibus quidem etate florentibus, fortibus, & qui sese multum exercent, suum etate florentium carnes ad coquendum sunt præstantiores: alijs uero suum adhuc incrementum. Porro quemadmodum ex suibus, qui etate sunt florēti, ijs iuuenibus, qui bono corporis sunt habitu, conueniunt: sic & boum, qui nondum florentem etatem attigerunt. Bos enim temperamento est quàm suus, multo siccior: quemadmodum & uir etate florens, q̄ puer. Iure igitur ijs animalibus, quæ natura temperamento sunt sicciorē, adolescens ætas ad mediocritatem ipsam confert: humidiorum uero natura, quod sibi ad probam ac conuenientem temperiem deest, ab etate florenti adsumit. Non modo itaq; uituli carnes habet ad cōficiendum perfectis bobus præstantiores: sed etiā hæc di capris. Capra namq; temperamento, minus quàm bos, est sicca, si tamen homini & sui cōparetur, multum superat. Suillæ autem carnis similitudinē cum humana ex eo poteris intelligere, quod quidam carnes humanas pro suillis sine ulla in gustu uel olfactu suspicione comederunt: id enim ab improbis hospitibus, & alijs quibusdam factum fuisse iam compertum est. Merito igitur porcelli alimentum nobis præbent, tanto magnis suibus excrementosius, quanto ipsis sunt humidiores: merito minus etiam nutriunt. Nam alimentū humidius, ut distribuitur, ita etiā discutitur celerius. Cæterum agni carnem habent humidissimam, ac pituitosam: Ouiū uero excrementosior est, ac succi deterioris: Caprarum quoq; caro præter succū uitiosum, acrimoniam etiam habet. Hircorum autem, tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum est deterrima: hæc sequitur, arietum;

post, taurorum. Porro in ijs omnibus carnes castratorum sunt præstantiores: scenum autem pessimæ, tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum, tum ad nutriendum: quemadmodum & sues ipsi, qui quanquam temperamento sunt humidi, cum tamen iam senuerint, carnē habent non nunquam siccam, ac concoctu difficilem. Ad hæc, caro leporum sanguinem quidē gignit crassiorē, sed melioris succi, quàm bubula & ouilla. Ceruina autem nō minus ijs succum uitiosum generat, ac concoctu difficilem. His agrestium alinorum bene habitorum ac iuuenum, caro est propinqua. Sunt tamen, qui & asinorum domesticorum, ubi senuerint, carnes mandant: quæ pessimi sunt succi, ac concoctu difficillimæ, stomachumq; lædunt, & præterea inter edendum sunt insuauis: quemadmodum equorum ac camelorum carnes, quibus ipsis homines, animo & corpore asinini ac camelini, uestuntur. Sunt qui & ursis, & ijs adhuc deterioribus, leonibus, ac pardis uestuntur semel aut bis elixantes. Quid autem sit, bis elixare, dictū nobis ante fuit. Quid iam loquar de canibus (quos & ipsos iuuenes, ac pingues, & potissimum cum fuerint castrati, apud quasdam gentes frequentissime mandunt) cum multi sint, qui pantheris, ut & asinis bene habitis, cuiusmodi sunt agrestes, uestuntur: Hæc quidem nō manduntur modo, sed à quibusdam etiam medicis laudantur. Vulpium autem carnibus autumno uenatores apud nos uestuntur: tunc enim uuarum esu pinguescunt. Porro animalia omnia, quibus alimenta propria affatim suppetunt, longe seipsis in cibo euadunt præstantiora: quemadmodum deteriora fiunt, quibus ea minus adfunt. Proinde, quæ herbas è terra emergentes, aut arborum surculos, aut germina depascuntur, ea omnia, cum his abundat, habitiora sunt, ac pinguis, nobisq; alendis accommodatiora: quemadmodum cōtra quibus herbas altiores pasci est naturale, hyeme, uere primo ac medio fiunt gracilia, ac prauī succi: ut boues, qui procedente tempore manifesto fiunt obefiores, succiq; melioris, cum herbae augentur, ac densescunt, & ad semen producendum festinant. Quæ uero animalia humili herba nutrirī queunt, ea primo ac medio uere sunt præstantiora, ut oues: æstate autem prima ac media, caprae, cum scilicet fruticum germina (quibus caprae uesti solent) sunt frequentissima. Cum igitur me animalium species inter se comparantem audiueris, dictum meum experientia examina, ac diiudica, atq; expende, non animal, quod bene nutritum fuerit ac pingue, gracili ac penuria alimentati extenuato comparans: neq; adolescens seni (iniquum enim est id iudicium) sed quod in unaquaque specie ac genere, aut quocumq; modo appellare uelis optime est dispositum, alteri quod sit eiusmodi, cōferens. Non igitur amplius opus erit pluribus exequi animalia omnia, quæ apud singulas gentes proprie nascuntur. cuius generis est in Iberia animalculum, quod lepori est simile, quod quæ cuniculū nominant: in Lucania autē Italiæ regione, quod

quod inter ursum ac furem quodammodo est medium; cui aliud quoddam inter agrestes mures & quos glires nominat, est medium, quod in eadem Italia regione, & alijs plerisque locis maditur. Quæ enim ex eiusmodi animalibus bene sunt nutrita, ac planè pingua, ea experientia explora, præparandorum ipsorum rationem, quam incolæ experientia didicerunt, ab ipsis audiens, ac discens. Quæ autem singularum præparationum sit facultas, iam à nobis discas licet. Quæ namque affantes, aut in sartagine frigentes mandunt, ea corpori siccius dant alimentum: quæ uero in aqua præcoquunt, humidius: quæ in patinis cōdiuntur, inter hæc media sunt. quanquam & illa ipsa pro modo conditura, inter se multum discrepant. Stquidem quæ uinum, aut garum habent copiosum, ea sunt alijs, quæ ea non habent, sicciora: rursus quæ exiguum quidem illorum portionem, aut sapæ (quam hepsema quidam nuncupant) ampliore habent, aut in simplici, ac plebeio, alboque appellato iure elixa sunt, ea prædictis longe sunt humidiora: quæ autem in sola aqua coquuntur, ijs quoque adhuc sunt humidiora. Maximum præterea in præparatione discrimen accedit pro eorum, quæ iniiciuntur, facultate, ut cum omnia siccant quidem, sed alia magis, alia minus. Sunt porro hæc, ex feminibus quidam, anethum, apium, carum, lybisticum, cuminum, & alia quedam id genus: ex plantis uero ipsis, porrum, caepe, anethum, thymus, satureia, pulegium, mentha odorata, origanum, & alia huiusmodi ad obsonatricem commentationem pertinentia, de qua nunc disserere non est propositum. Quemadmodum autem modo præcepimus, cum animalium differentia inquiritur, quæ optimo sunt habitu, esse comparanda ita nunc quoque, quæ pulcherrime sunt præparata, conferantur. Hæc itaque de pedestrium animalium carne audiuisse sufficiat: de aliarum autem partium facultate, deinceps, cum sermone de limacibus absoluerimus, sumus tractaturi.

De limacibus.

Perspiciuum quidem est, quod neque inter uolatilia, neque inter aquatilia, hoc animal est numerandum. Quod si inter pedestria ipsius non meminermus, nihil prorsus de limacium alimento dicturi sumus: quod iniquum fuerit silentio prætermittere: quemadmodum uermes, qui in lignis nascuntur, uiperas, aliosque serpentes, quibus in Aegypto, & apud alias quasdam gentes uestiuntur. Neque enim illorum quisquam hæc nostra lecturus est: neque nos, quæ apud illos sunt esculenta, unquam comedemus. Limaces uero Greci omnes quotidie mandunt, carnem quidem duram habentes, eoque concoctu difficilem, sed quæ confecta, potentissime nutrit. Succus autem ipsis inest, qui uentre subducit: quemadmodum & ijs, quibus testa pro cute est. Quapropter quidam oleo, garo, uinoque ipsos condientes, eo iusculo ad aluum deiciendam utuntur. Quod si huius animalis carne, ut cibo solo esculento, uti uelis, ubi prius in aqua elixaris, in

Galen.

aliam aquam transferas, in qua rursus elixabis, tum demum condies, ac tertio elixabis, usque dum caro tota intabescat. Hoc enim modo præparata, alui quidem sistet, sed alimentum corpori dabit non contemnendum.

De animalium pedestrium partibus excarnibus.

Pedestrium animalium partes excarnes homines mandunt, pedes, rostra, & aures: easque ut plurimum in aqua elixas mandunt cum aceto & garo: nonnunquam autem & sinapi: quidam autem ex oleo & garo, uinum affundentes: sunt qui cum oleribus, aut in aqua elixis, aut in patinis cōditis. Porcellorum autem pedes pitisanæ elixæ iniecti, apertissimi sunt, tum ut illam meliorem efficiant, tum ut ipsi molliores reddantur, & ob id ad elaborationem, quæ in ore fit ac uentriculo, meliores. Non parua tamen est & in præparationis modo differentia, non modo in partibus animalium excarnibus sed in alijs etiam omnibus: quæ fusiis in opere de arte obsonandi explicabimus. In hoc autem opere, tantum uniuersales partium ipsarum differentias exponimus, ipsas inter se (ut diximus) ita comparantes, ut si omnes ad eundem modum paratæ essent: iusta enim est hæc comparatio. Partes igitur corporis extremæ, ut pinguedinis, ita substantiæ carnosæ habent minimum. Neruosa enim ac cutanea natura in ipsis præpollet: non tamē tales hi nerui cutis ue sunt, quales in reliquo sunt corpore: nam in excarnibus magis sunt exercitata, eoque etiam magis lenta. Etenim neruus omnis ac cutis, dum elixantur, ad huiusmodi naturam deueniunt. Quare merito corpus quidem minus alunt, ob lentorem tamē per aluum facilius deiciuntur. Meliores autem sunt suum pedes quam rostrum: quemadmodum hoc auribus est præstantius. Hæc enim constant sola cute ac chartilagine. Chartilago porro in perfectis quidem animalibus, omnino cōfici non potest: in ijs uero, quæ adhuc augescunt, si in ore bene læuigata, & in uentriculo cōfecta fuerit, paucum alimentum corpori dabit. Eadem autem est eius quod dicimus, in alijs animalibus proportio. Quanto enim eorum carnes alimenti bonitate, suilla sunt inferiores, tanto illorum partes excarnes partibus suum excarnibus sunt deteriores. Cæterum illud nequaquam arbitror quenquam latere, quod partes neruolas uoco eas, quæ pedibus insunt, ad similitudinem eius qui proprie neruus nominatur, quicquid ex cerebro ac spinali medulla originem ducit. Quæ autem in partibus excarnibus neruosa sunt corpora, ad similitudinem quidem ita nominantur. Sunt autem ossium ligamenta, sensus expertia, & præterea tendones quidam.

De animalium pedestrium lingua.

Peculiaris quedam huic parti inest substantia: carnem enim habet fungosior, ac sanguineam magis. Musculi enim carnes sunt exactæ, & potissimum ipsorum partes mediæ. nam multi in suis ipsorum finibus in magnos tendones desinunt, quos plerique medicorum aponeuroses musculorum nominant.

Tom. I

d

minant

minant: quos longe maximos muscoli generant, qui ad artuum fines pertinent. Quin & muscoli quidam capita habent neruosa; & ipsius linguae (quā coci ē subus eximentes, elixant) corpus quidem proprium, caro quēdā est fungosa, uti diximus; nō tamen eam eximunt solam, neq; elixant, sed simul cum musculis, qui in ipsam inseruntur. Vt plurimū uero, etiam cum epiglottide, & larynge, & glādu-
lis, quae illic sunt: tum ijs, quae linguae sunt propriae, saliuamq; generant: tum ijs, quae sunt ad paristhmia a laryngē. Præterea uenae & arteriae & nerui, lin-
guae cum alijs carnibus sunt cōmunia; illa em̄ unā cum carnibus manduntur, nisi q̄ in hac particula tria hae uasorum genera, plura sunt ac maiora q̄ pro portione magnitudinis. Quae porro facultas sit alimenti, quod a glandulosis corporibus sumi-
tur, deinceps audito.

De glandulis.

Quantū lingua à carnis substantia, tantū glandulae à linguae substantia recesserunt: nō tamen omnes aequali omnino ab ea distant intervallo. Sed quae illi adiacent ac contingunt, ijs quadam tenus sunt similes, quae in mammis habent, quando saltē ea sanguine nō dum referta fuerint. Non em̄ glandulae mamillares perpetuo suo munere funguntur, ut cum aliae propemodū omnes, tū autē ea quae sunt ad linguam. Natura em̄ eas linguae cōparauit ad saliuam generandā: mamillares uero post scetum conceptum fiunt rarae ac laxae, & lacte plenae. At quo tempore lacte carent, cōtrahuntur ad densantur, tantum à seipsis differentes, quā-
tum permadide spongiae ἀπὸ τῶν σκελετῶν νομίζονται: sic em̄ spongas appellant, à quibus cum humorē omnem expreserint, circumdatis uinculis ipsas cōstringunt, totumq; ipsarum corpus cogunt. Sunt autē & circa larynga ac pharynga huiusmodi quaedam glandulae, sicut & in mesenterio: uerū hae quidem sunt exiles, eoq; uulgus ipsum latent. Quae uero sunt ad paristhmia a larynga, magnae sunt ac cōspicuae. Sunt & aliae exiguae in multis corporis partibus, uasorum diuisiones firmantes ac fulcietes. At glandula illa, cui thymo nomen est, haudquaquē est exigua, sed in nuper natis animantibus est q̄ maxima: in crescentibus autē illis, ipsa decre-
scit. Omnibus autē ipsis illud est cōmune, ut suauēs in cibo ac friabiles appareant: mamillares uero, cum lacte habent, de ipsis etiam dulcedine quidpi-
am praefereunt. Quapropter hae glandulae, cū lacte sunt plenae, summopere à gulosis expetuntur, praecipue suillae. Alimentum autē, quod ex ijs pro-
be quidē in uentriculo concoctis, prouenit, prope sane ad carniū alimentū accedit: Quod si minus q̄ sat est, sint cōfectae, succum crudū, aut pituitosum generant: humidiores quidem pituitosum: duriores uero crudum: de quo ante diximus. Testes autē, cum ex genere sint glandularum, non perinde tamen laudabilis sunt succi, ut māmillares: sed habent uirosū quiddā, seminis, quod generant, naturam referentes: ceu renes, urinā. Atq; etiam animalium gressilium testes ad coquendū longe sunt

difficiliores. Nam gallorum gallinaeorum altissimi testes & suauissimi sunt, & laudabile corpori praebent alimentū. Glandulae item collo uelicae adiacentes, prope ad testium naturam accedunt. Sunt qui renes quoq; inter glādulas adnumerent: hi nāque glandulosum quiddam habere ipsis uidetur: uerum prauī admodū sunt succi, & concoctū difficiles, ut adultiorum animalium testes, cum ex eos ipsos mandunt: iuniorum em̄ sunt praestantiores. Taurorum autē, & hircorum, & arietum, insuaues sunt, ac ad coquendū difficiles, & mali succi.

De testibus.

Iuuenibus suis ac bubus apud nos testes execant, sed propter usum diuersum. Nam suū quidem testes cibi causa secantur: suum enim castratorum caro suauior sit, & plenioris alimentī, & ad coquendum faciliior: bouum uero, ut ad agriculturam sint meliores: tauri enim non facile ab hominibus domantur: Caprae autem & oves, propter utrunq; usum castrantur. Porro omnes memoratorum animalium testes ad coquendum sunt difficiles, ac mali succi: nutriunt tamen si belle conficiantur, alij magis, alij minus pro ea proportionē, quam in carnibus inesse diximus. Nam quanto suum caro alij est praestantior, tanto horum quoq; testes aliorum animantium testibus sunt meliores. Soli autē gallorum gallinaeorum undequaq; sunt praestantissimi, & potissimum eorum qui saginati fuerint.

De cerebro.

Cerebrum omne, cibus est pituitosior, crassiusq; succi, & tarde permeans, ac ad coquendū difficilis. Non minimum etiam cerebrum omne stomacho nocet. Quidā autē ipsius mollitie decepti, ipsum aegrotis exhibent, cum praeter alia nauseam etiam concitet. Quinimmo, cum cuiuspiam à cibo uomitū mouere uis, huius partem pinguiter conditam, postremis epulis edendam exhibe. Illis uero caue exhibeas, qui non appetunt, quos ueteres ἀποσπίτες appellabant. Merito igitur nemo cerebrum epulis mandit, cum omnes ipsa experientia docti, sciant ipsum nauseam excitare. Iure etiam pleriq; cum origano mandunt, uti nonnulli cū sale uarijs modis apparato: quippe cum crassi sit succi, & excrementitium, omnino uomitioni sit accommodatius, quando cum incidentibus & calfacientibus fuerit paratum. Si tamen recte confici possit, alimentum corpori praestabit non contemnendum.

De ossium medulla.

Medulla quae in ossibus inuenitur, cerebro est dulcior, iucundior, ac pinguior, adeo, ut si ea, inter se comparando, gustes, putaturus sis cerebrum austerum etiam aliquid in se habere. Porro medulla nauseam prouocat, si liberalius sumatur, quemadmodum et cerebrum: nutrit tamē & ipsa, si probe conficiatur.

De spinali medulla.

Spinalis medulla eiusdem cum cerebro est generis: eam tamen perperam medullam appellant: cum medulla non modo spinali hac, uerū etiam

etiam cerebro ipso sit humidior, ac mollior, & pin-
guior. Quod uero in spine ossibus cōtineatur, co-
loremq; habeat medullæ adsimilē, ob id ipsam me-
dullam nominant; quo nomine quidā ipsum quo-
que cerebrum uocitarunt. Est porro spinalis me-
dulla cerebro continua, ac eiusdem cum eo natu-
ræ, nisi q; ipso multo est durior, potissimum in in-
fernis spinæ finibus. Quantum enim à cerebro ab-
scedit, tantum magis durescit. Pinguitudinis sanè
habet minimum, quò fit, ut nauseam non prouo-
cet; & si probe conficiatur, non exiguum corpori
dat alimentum.

De pinguedine, & adipe.

VTrunq; quidem est oleosum, humiditate ta-
men et siccitate inter se differunt. Pinguedo
nanq; humida quæpiam res est, oleo longa uetu-
state in crassato adsimilis. Adeps uero pinguedi-
ne multo est siccior; ideoq; si calfactum ipsum fun-
das, coit facile, ac concreuit. Pauci utraq; est nu-
trimenti; potiusq; carniū nos alentium sunt cō-
dimenta, quàm alimenta.

De pedesstrum animalium uisceribus.

OMnium quidem animalium iecur crassius
succi, ac ad coquendum difficile, tardeq; per-
meat. Omnium autē est præstantissimum, non modo
ad uoluptatē, sed ad alia etiā omnia, qd' *συνωτόν*
appellatur: quam appellationem inde habuit, q; a-
nimalis maciandi iecur multarum ficuum siccarū
esui sic præparent, quod maxime faciunt in suis
bus, propterea q; huius animalis uiscera, aliorum ani-
malium uisceribus natura multo sunt suauiora; eua-
dunt tamen & illa seipsis meliora, cum animal ip-
sum caricas affatim comederit. Verum minime cō-
sentaneum hominibus uidetur, præteritis quæ na-
tura cæteris præstant, deteriora confectari. Reli-
quorum autē uiscerum lien quidē gustu est suauissi-
mus; est enim in eo perspicua quædam acerbitas:
merito autē prauū quoq; succi esse creditur, ut qui
sanguinem melancholicum generet: utroq; uero
tanto pulmo est ad coquendum facilius, quāto est
rarior: multo tamen, quod ad nutriendum attinet,
hepate est inferior. Pituitosius autē est id alimen-
tum, quod corpori præbet. Cor, substantia quidem
caro est fibrosa ac dura, ideoq; ad coquendum est
difficile, & tarde permeat: si tamen probe confici-
atur, alimentum corpori exhibet non paucum, ne-
que malū succi. De renibus autē (nam hos quoque
quidā inter uiscera connumerant) prius diximus.

De quadrupedum animalium uentri-
culo, utero, & intestinis.

DVriores carnibus sunt hæ partes, ob id, etiā
si rite conficiantur, succum tamen gignent
non planè sanguineum, neq; inculpatum, sed frigi-
diorem, ac cruditiorem. Proinde multum temporis
requirunt, prius, quā sitis confici, & in probum
sanguinem mutari queant.

De agrestium ac domesticorum ani-
malium differentia.

Domestica animalia temperie humidiora sūt
quàm agrestia, tum ob aeris, in quo degunt,
calent.

humiditatem, tum uero etiam ob uitæ ignauiam.
Quæ uero in montibus degunt, multum exercen-
tur, ac fatigantur, præterea in aere sicciore uiuunt;
quapropter eorum caro est durior, nulliusq; pror-
sus pinguedinis, aut paucissime particeps. quæ cau-
sa est cur pluribus diebus, quàm domesticorum,
& ociose degentium animalium, seruetur imputris.
Liquet item quod alimentum, quod ab ijs proue-
nit, minus habet excrementi; contra excrementi-
um est, quod à domesticis atque ociosis sumitur.
Necesse igitur est, alimentum eiusmodi nutrire ua-
lentius quàm alterum, succumq; gignere multo
meliorem.

De lacte.

LAc quoq; inter cibos, qui ab animalibus su-
muntur, est numerandum: in quo haud par-
ua est pro anni temporibus differentia, & ea adhuc
maior pro ipsorum animalium specie. Siquidem
boum lac, crassissimum est ac pinguisimum; liqui-
dissimum autem ac minime pingue, camelorum;
mox, equarum; deinde, alinarum; medix autē con-
sistentiæ, est caprarum; hoc crassius, ouium. Secū-
dum autem anni tempora, lac post partū est liqui-
dissimum: temporis uero progressu, magis semper
ac magis incrassescit: Aestate uero media, ipsum
etiam in medio suæ naturæ consistit; post id autem
tempus, sensim iam crassescit, quoad penitus defi-
ciat. Vere autem ut liquidissimum, ita etiam copi-
osissimū. Quod autem lac, ut prius diximus, pro-
animalium specie differat, id uel intuenti quidem
protinus apparet; manifestius autem fiet, si ex uno
quoq; lactis genere caseus paretur. Etenim liqui-
dissimum lac, serum: crassissimum, caseum habet
plurimum. Merito igitur liquidius quidē lac, ma-
gis: crassius autem, minus aluum subducit: cōtra
autem, crassius quidem ualentius nutrit; tenuius
autem minus. Quod si quis lac prius elixando se-
rum omne consumpserit, nihil prorsus subducet.
Iniectis uero lapillis ignitis, tantisper dum serum
omne consumatur, præterquā quod sic paratū,
aluum non subducit, contrarium etiam efficit, ip-
sumq; ijs exhibemus, quibus uenter acrium excre-
mentorū demorsu infestatur: id ipsum autē effi-
ciunt non minus quàm lapilli, aut etiam efficaci-
us, ferrei orbiculi igniti. Facile tamen lac sic para-
tum, in uentriculo in caseum cogitur: ob id mel il-
li & salem admiscemus. Quin & aquam etiam af-
fundere, securius fuerit, ut pleriq; medicorum fa-
ciant. Neq; mirum tibi uideatur, quod sero con-
sumpto, rursum aquam infundant. Non enī seri hu-
miditas est quam fugiunt, sed acrimonia: cuius oc-
casione lac omne aluum subducit, ex substantijs
contrarijs mistum, sero scilicet, & caseo. Ad hæc
tertium etiam pinguem succum habet, & ipsum
quidem lac boum, ut dictū est, plurimum: ideoq;
butyrum (quod uocant) ex eo cōficiunt: quod gu-
stu solo uisuiq; quantum in se pinguitudinis habe-
at, facile cognoscas. Quod si partē aliquā corpo-
ris eo inunxeris, ac fricueris, cernes cutim pingue
non aliter, ac si oleo fricuisses; præterea, si mortuū
Tom. 2 d 2 anima

animalis corium aridum eo inunxeris, eundem cer-
nes effectum: quinimmo homines in plerisque frigi-
dis regionibus, in quibus oleo carēt, in balneo bu-
tyro utuntur; cernitur præterea, si ignitis carboni-
bus ipsum infundas, non aliter ac pinguedo flam-
mam excitare. Denique utimur ipso in illis, in qui-
bus utimur adipe, cataplasmatibus alijsque medica-
mentis ipsum permiscētes. Pinguissimum itaque,
ut diximus, est lac bubulum: ouillum uero ac ca-
prinum habent quidem & ipsa pinguedinis quid-
piam, sed multo minus; asininum uero huius succi
habet minimum. Quocirca non temere in uentri-
culo cuiusquam coagulatur, si statim ut mammis
excidit, calidum fuerit epotum. Quod si sal & mel
adijciantur, fieri non potest, ut ipsum in uentricu-
lo concreascit, ac coaguletur. Eandem ob causam
magis per aluum deijcitur, ut quod serum multum
habeat, a quo lac omne facultatem accipit deijci-
dūti a caleosa substantia, sistendi. Quātum uero
serum ab alia lactis natura succi bonitate superat,
tanto alia omnia, quæ uentrem deijciunt, superat:
ob id ueteres ad aluum subducendam, hoc potu
plurimo usi uidentur. Tantum autem mellis opti-
mi ei est inijciendum, quantum suauē citra stom-
achi eersionem, sentietur. Pari modo & salem ea
mēsurā inijcies, quo ad gustū non offendat. Quod
si ipsum magis subducere uelis, salis quamplurimū
inijcies. Hæc certe diffusius explicuimus, quā
præfens institutum postulet. Propositum enim fu-
erat, ea commoda exponere, quæ lacti insunt, ut a-
limento, quibus cum id commodum, quod nobis
prestat in aluo deijcienda, esset admixtum, fecit rei
affinitas, ut in hanc digressionem sermo noster de-
flexerit. Rursus igitur ad propositum reuersi, quæ
de lactis facultate supersunt, exequamur: quorum
id omnium est maximum, quod omnium ferē quæ
mandimus, lac optimum, optimi est succi: uerum
caue, male accipias, quod iam pronunciauimus.
Non enim simpliciter diximus lac omne optimi
esse succi, sed præterea optimū adiunximus. Nam
lac quidem, quod uitiosus est succi, non adeo succū
probum gignit, ut non malo succo utentium cor-
pora impleat. Cui rei argumēto fuit is infans, qui
cū priore nutrice mortua, alterius prauī succi lac
suxisset, totum corpus multis ulceribus habuit re-
fertum: utebatur autem secunda hæc nutrix in a-
gro, syluestribus oleribus propter annonæ carita-
tem, quæ ueris tempore acciderat: unde & ipsa hu-
iuscemodi ulceribus scaturit, & alij quidam, qui in
eodem agro simili uictu sunt usi. uidimus & alijs
permixtis mulieribus infantes nutrientibus id tē-
poris idem accidere. Atque etiam si capræ, aut alter-
ius cuiuspiam animalis scammoniam, aut tithy-
mallum depasti, lac cibi loco quis sumpserit, om-
nino aluus illi fluat. Quemadmodum igitur de a-
lijs omnibus, ita & de lactis facultatibus intelli-
gere oportet, non tanquam simpliciter de quouis di-
cantur, sed de optimo duntaxat: quantum autem
in singulis generibus unumquodque ab optimo de-
ficit, tanto commodis, quæ optimum id nobis præ-

stat, est inferius. Lac igitur quod feri habet pluri-
mum, etiam si semper eo utare, nihil penitus adfe-
ret periculi. Quod uero huiuscemodi humidita-
tem habet exiguam, caseosam autem crassiciē mul-
tam, omnibus qui ipso multum utuntur, est peri-
culosum. Nam eos quidem renes offendet, qui cal-
culis generandis sunt appositi: iecur item obstruit
ijs, qui hoc affectu facile prehēdi possunt: tales au-
tem sunt, quibus fines eorum uasorum, quæ cibum
ex simis uisceris in gibba transsumunt, sunt angus-
ti. Thoracis autem ac pulmonis partibus lac om-
ne est utile: capiti uero, nisi quis ipsum habeat ad-
modum firmum, non est accommodum, ut nec
hypochondrijs, quæ leui de causa inflantur: in plu-
rimis enim in uentriculo uertitur in status, suntque
paucissimi, quibus id non accidat. Si uero cum a-
liquo eorum cibariorum, quæ crassi sunt succi, di-
utius elixum fuerit, flatuosam quidem naturā de-
ponit, sed iecur magis obstruit, & calculos in reni-
bus promptius gignit. Huiusmodi autem edulia
libro primo esse diximus, amyllum, similaginem,
alicam, tragum, orizam, lagana, rhyemata, & pa-
nes non bene in clibano assos, nec multa tritacione
prælaboratos, nec multo sale, ac fermento medio-
cri saturatos. Ceterum, ut in ijs, ita in alijs, quæ nō
nulli lacti admiscētes mandunt, mistorum facul-
tas aliquam ex lactis facultatibus augebunt, aut
imminuent. Nunc autem ipsius facultatem defini-
amus, illud boni esse succi & multi alimentī statu-
entes, quod ex contrarijs substantijs ac facultati-
bus est conflatum, subducendi scilicet ac sistendi,
obstruendi: ac tenuandi. Quod namque eius sero-
sum est, succos crassos tenuat, & aluum subducit:
quod uero caseosum est, aluū sistit, & succos cras-
sos gignit. ex quibus, ut diximus, in hepate obstru-
ctiōnes, & in renibus calculi oriuntur. Nocet au-
tem ipsius usus assiduus dentibus, & circumdatis
carnibus, quas gingiuas nominant. Has enim, hu-
midas: dētes uero, putrefactioni et erosioni admo-
dum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os ui-
no diluto colluere conueniet: satius autem fuerit,
si mellis etiam quidpiam ipsi inieceris. Ita nanque
omne caseosum, quod ex lacte dentibus ac gingi-
uis circūfixum fuerit, abstergetur. Quod si etiam
cuiuspiam tam robustum sit caput, ut uini meri col-
lutione non offendatur, melius is dentibus & gin-
giuis consuluerit: uerum tamen & mel uino permi-
stum, misturam ex utroque reddit meliorem. Illud
uero dentium incolumitati tutissimum aduersus
lactis iniurias fuerit præsidium, si quis post sump-
tum ipsum, primo, melicrato: deinde uino adstrin-
gente, os colluat.

De oxigalacte, id est, acido lacte.

Oxygala autem, quod uocant, dentes quidē,
qui saltem secundum naturam habent, ni-
hil offendit: qui uero aut ob naturalem intemper-
em, aut adscititium quempiam affectum, iusto sūt
frigidiores, hi soli, ut ab aliorū frigidiorū occurso,
ita ab hoc quoque offenduntur: acciditque ijs nōnun-
quam symptoma, quod stuporem nomināt, quale
post

post esum mororum immaturorum, & aliorū om-
nium acerbiorum & acidiorum euenire consuevit. Illud item perspicuum est, quod uenterculus, qui quauis de causa est frigidior, oxygala non belle cōficit; temperatus uero, quamuis aegre, conficit tamen aliquantum. Contra uentriculi iusto calidiores, siue ab initio tales fuerint, siue à quapiam causa postea in eam temperiem sunt adducti, præterq; quod nihil ab huiuscemodi edulijs læduntur, cōmodo etiam aliquo fruuntur. Quin hi quoq; oxygala ipsum circumdata niue prius refrigeratum, indolenter ferunt; quemadmodum & alia pleraq; id genus edulia, atq; adeo aquam ipsam niue sic præparatam. Quocirca admirari subit plerosq; medicos, qui de singulis edulijs pronuntiarunt, hoc quidem nobis esse utile, aliud uero noxium; præterea ad coquendum facile, aut difficile: mali succi esse, aut boni: multi aut pauci esse alimenti: stomacho conuenire, aut aduersari; aluum ducere, aut sistere; aut aliam quamuis uirtutem, uitiumue obtinere. De quibusdam certe licet pronuntiare, hoc quod dam edulium omnibus hominibus prauum esse succi, aut ad coquendum difficile, aut stomacho noxium: de plurimis tamen fieri non potest, ut unico edicto citra ullam distinctionem uere pronuncies. Cæterum cum necessario longa futura esset oratio, si in singulis edulijs, tam naturalium temperamentorum, quam acquisitorum affectuum distinctiones adscripsissemus: satius fore existimaui mus (quemadmodum in primo horum commentariorum fecimus) ab initio uniuersalem quidem totius doctrinæ methodum ostendere: post autem in particularibus nonnunquam eam ad memoriam reuocare, præsertim in ijs, quæ non simplicis sunt naturæ, quale utiq; est lac, de quo nunc agimus: quod tamen sensui quidem simile apparet, ex diuersis tamen substantijs ac facultatibus est compositum. Huic namq; etiam si optimum fuerit, pro diuersa tamen uentriculorum natura accidit, ut interdum quidem [in hoc] acefeat: aliàs uero fumosum ac nidorulentum ructū in altero sursum emittat: etenim cōtrarij sunt affectus, secundum quos, quod in uentriculo non fuit coctum, acidum aut fumosum euadit. Siquidem calor inopia, in aco rem: eiusdem autem excessu, in nidorem ac fumū uertit. Quæ duo lacti eueniunt, quia in se nō modo serosam naturam, uerum etiam pinguem & caseosam contineat. Hac certe de causa oxygala quidem, si in uentriculo non coquatur, nunquam in nidorem uertitur: potissimum, si in biliosissimum ac feruentissimum uentriculum inciderit. Neq; enim amplius calidam acremq; qualitatem ac facultatem retinet, quam lac à sero habet: neq; pingue & mediocriter calidam, quam lac à pinguedine, quæ sibi inest, possidebat. In huiuscemodi em præparatione, sola relinquitur caseosa substantia, eaq; ipsa non eiusdem naturæ, cuius ab initio fuit, sed ad frigidius conuersa. Itaq; de oxygalacte dixisse suffecerit, quod frigidum est, ac crassi succi. Hac enim sequitur, ut ipsum non facile à corpore me-

Galen.

diæ temperaturæ conficiatur. ad eam enim in omnibus meis operibus, cum aliquid simpliciter pronuncio, sæpe iam monui id esse referendum. Quin etiam succum crudum, quem uocant (cuius naturam, tum prius alibi exposui, tum etiam in libro superiore de eo disserui) consentaneum est ab istiusmodi cibis abunde generari. Non abs re autē edulium hoc calidissimis uentriculis est utile; quemadmodum frigidioribus aduersissimum. Id tamen in singulis cibarijs non conuenit adscribere, sed in quibusdā meminisse suffecerit, quod succus eiusmodi, qualis ex oxygalacte, calco, & omnibus crassi succi edulijs prouenit, calculos in renibus solet gignere, cum hi calidiores iusto fuerint, siue ob naturalem intemperiem, siue ob alium quendam affectum ipsis postea innatum: non tamē pro caloris modo, meatuum transitus latos habeant. Corporum enim constructiones, quæ morbis maxime sunt obnoxia, ex partibus contrarij temperamenti componuntur: ut uerbi gratia, si uentriculus admodum sit calidus: cerebrum autem frigidum. Pari modo & pulmo aliquādo, ac totus thorax frigidus est; uentriculus autem calidus. frequenter uero contra euenit, ut omnia alia scilicet æquo sint calidiora: solus autem uentriculus frigidior sit, hepar uero calidius; atq; in alijs partibus similiter. Quapropter initio etiam monuimus, utilissimam esse doctrinam, quæ de facultatibus, quæ alimentis insunt, tradit, cum eas differētijs explicat, quæ in humiditate spectantur, & siccitate, caliditate, & frigiditate. Præterea substantiæ ipsorum lentore, aut crassitie: ad hæc, quod aut simile est, de quo agetur, uel ex partibus temperamento contrarijs compositum, cuius generis est lac. Ad horū porro dignotionem dixi nos manu duci, cum per olfactum ac gustum, tum per alia symptomata, de quibus in operis huius initio disserui: uti nunc quoq; in lacte eius naturam ostendi ex ijs symptomatibus, quæ ei accidunt, cum aut calefit, aut coagulo cogitur, aut alio quouis modo partes ipsius feceruntur: etenim uel citra coagulum scissio, quam uocant, id efficit, cum lacti abunde calido oxymel frigidum instillamus. Idem etiā mulso efficiamus. Interdum etiam citra ullam liquoris instillationē, uase frigidissimam aquam cōtinente in lac demisso, ipsum scindimus. Præterea sine coagulo id lac, quod post editum fœtum emulsum fuerit, protinus concrescit, si super cineres calidos parumper calefiat: uidenturq; ueteres comici lactis coactū, pyriastē appellasse. In Asia autem apud nos pyriephthum, ipsum nomināt. Id quidem lac omnino ab alia substantia est purum. Cum autē melle ipsi admisto, per coagulum cogunt, hoc quidem opere, quod in eo est tenue & aquosū, separatur. Quidam autem ex ipso duntaxat, quod coactum est, mandunt: quod partim ex caseosa lactis substantia, partim ex calida atq; ignea coaguli facultate, partim ex melle ipsis admisto est compositum: alij uero unā cum eo quod cōcreuit, serum quoq; transglutiunt, idq; aut pariter totū cum toto, aut alterū

Tom. 2

d

3

altero

altero copiosius. acciditq; ut alijs quidē largius: alijs uero minus alijs subducatur, proportionē quantitatis serosi humoris. Perspicuum præterea est, quod eorum corpus, qui solum id, quod concretum est, comederint, amplius nutrit: minus uero eorū, qui unā cum ipso serosi humoris quidpiā transglutierint: & multo adhuc minus eorū, qui eius quidem, quod coactū est, parum: serosi autē humoris plurimū hauserint. Simili modo & in eo, quod à partu, siue cū melle, siue absq; eo coijt, non paruum differētiā inuenies. Cum enim mel non accepit, ad coquendum est difficilior, et succi crassioris: præterea per aluum tardius secedit, utrunq; tamen corpus abunde nutrit. Hæc de lactis facultate nouisse, in præsentī opere suffecerit. Eius namque utilitates, quas in morbis præstat, ijs qui quauis ex causa tabe laborant, aut ulcus habent in pulmone, proprie ad medendī rationem pertinent.

De caseo.

DE casei quidem facultate iam diximus, cum de lacte sermonem faceremus, satius tamen fuerit nunc rursus particulatim de eo tractare. Nam dū paratur, assumit ab insecto coagulo acrimoniam, humiditatemq; omnem deponit, & potissimum, si inueterarit: tum enim quam prius acrior euadit, & manifeste calidior redditur, atq; ardentior: ob id ipsum [siculosior] & ad coquendum difficilior, & peioris succi efficitur. Qua de causa, nec id ipsum, quod crassis cibis acres ac tenuantes facultates admixtas habentibus, inest commodi, caseus citra noxam possidet. Maior enim noxa ex succi ipsius prauitate, & ardenti calore accidit, q̄ crassorum tenuatio conferre queat: quando ad calculorum in renibus procreationē hic succus [nō] minus est noxius. Ostendimus enim calculos in illis corporibus nasci, in quibus succorum crassities cum ardenti calore est coniuncta. Fugiendus igitur est eiusmodi caseus, ut qui nihil conferat neque ad coctionem, neq; ad distributionem, neque ad mouendam urinam, neq; ad uentris deiectionē ceu utiq; nec ad succi probitatem. Deinceps autē malus quidem, sed prædicto minus est putandus, qui neq; est uetus, neq; acris. Omnium autem caseorum recentium is est præstantissimus: qualis apud nos Pergami, & in Mysia, quæ est supra Pergamum, fit, qui ab incolis oxygalactinus appellatur, suauissimus quidem in cibo, stomacho autem minimum noxius, alijsq; omnibus caseis cōcoctu transitq; faciliior, succum habens non uitiosum, neq; usq; adeo crassum: quod uitium omnium caseorum est cōmune. Præstantissimus etiam est is, qui Romæ apud diuites celebratur, *βαθύ* appellant: & præterea alij quidam in alijs regionibus. Cum autem singulatim permagna sit in ipsis differētia, tum pro animalium natura, tum pro præparandi modis, & præterea ipsorum caseorum ætate: conabimur hoc in loco ipsorum facultatē paucis scopis circumscribere: quibus quis intentus, meliorem à deteriore facillime discernet. Scopī quidē in genere sunt duo, quorum alter in certa substan-

tia casei consistentia uersatur, secundū quam mollior est aut durior, densior aut laxior, glutinosior aut friabilior: Alter in gustabili qualitate cōsistit, secundum quam in quibusdam ipsorū acor superat, in alijs acrimonia, aut pinguitudo, aut dulcedo, aut aliud quidpiā id genus, aut omnīū est uelut æquabilitas. Porro secundū speciales differētiās prædictorū generū, mollior quidē durior est præstantior: rarus uero ac laxus, denso admodum ac compacto. Iam uero cum glutinosus ualde, & is qui ad asperitatē usq; est friabilis, sint uitiosi, præstantior est, qui inter hos duos est medius. Quod autē ad eam dignotionem, quæ fit gustu, pertinet, is omnīū est præstantissimus, qui nullam uehementem habet qualitatem, sed dulcem habet supra alias parum eminentem. Suauis item insuauis est præstantior: & mediocriter salitus, eo qui est permultū, & eo qui omnino salis est expers. Postea tamen q̄ caseum sic examinatum sumptis, licebit etiam ex ructu cognoscere, qualis inter caseos sit melior, aut deterior. Cuius namq; qualitas paulatim marcescit, præstantior: cuius contra perdurat, nō bonus. Iste enim perspicue ægre mutatur, atq; alteratur, & ob id ipsum ægre conficitur. Omnium em̄ qualitatum, quarum ante meminimus, alteratio necessario sequitur alimentorum coctionem.

De pedestrū animalium sanguine.

Sanguis [omnis] ad coquendum est difficilis, præcipue crassus, & melancholicus, qualis est bubulus: Leporinus autē ut suauissimus celebratur, multiq; ipsum cum iecore solent elixare: quidam autem cum alijs etiam uisceribus. Sunt qui suum quoq; iuniorum sanguinem edant, ceu alij etiam gradiorum, cum castrati fuerint: Aprorum uero nemo ne gustare quidem tentauerit, propterea quod insuauis est, & ad coquendum difficilis. Homerus quoq; caprarum sanguinem in cibo iucundum esse non ignorauit.

De alimento, quod à uolucris animalibus sumitur.

VEteres omnes animalia uolucris ac bipeda *ἄγνιας* nominabant: nunc autem apud Grecos consuetudo inualuit, ut quas illi *ἀλεκτογίδας*, id est, gallinas uocabant, nunc solas eas *ἄγνιας* appellent, quemadmodum & masculos ipsos *ἀλεκτρονίνας*. Auium porro omnium uolucrum genus, paucissimum præstat alimentum, si ad genus gressilium cōseratur, potissimum, si ad suillā qua non aliud inuenias, quod copiosioris sit nutrimenti: uolucrum tamen caro ad coquendum est faciliior, præcipue perdicis, atagenis, colūbæ, galli gallinacei, & gallinæ: turdorum uero, & merularum, paruorumq; passerum (inter quos etiam sunt, quos turricolas uocant) caro q̄ prædictorum est durior: his autem ipsis, turturis, palumbi, anatisq; caro est durior: phasianorū, quod ad concoctionem, & nutrimentum attinet, gallinis est similis, uoluptate tamen in edēdo superat: his durior est pauonis caro, & fibro-

& fibrosior, & ad coquendum difficilior. Porro in omnibus uolucris animalibus, ut et in quadrupedibus, scire in uniuersum oportet, quod au-
gescentium caro multo est praestantior, quam aetate declinantium; media autem est inter utranque, flo-
rentium. Prava autem admodum est ualde nouel-
lorum, sed diuersa ratione ac senum. Si quidem ho-
rum caro dura est, & sicca, ac nervosa: ideoque pra-
ua ad coquendum, & exigui nutrimenti. Contra
animalium nuperrime editorum corpora, muco-
sa sunt, ac humida, eoque excrementis plena, facili-
us tamen per aluum secedunt. Haec in cunctis ani-
malibus memoria teneto: id enim omnibus ipsis
ex aequo inest secundum differentias, quae ab aetate
sumuntur: communis etiam est, si sanitatem species,
praeparationis modus, quem antea exposuimus, B
& nunc rursum summam repetemus, facultates
duntaxat in memoriam reuocantes, quae quae assa sunt
& friga in sartagine, ea sunt sicciora: quae uero in
aqua dulci sunt elixa, alimentum corpori praebet
humidius. De his porro quae ex albo iure, uariisque
patinatum condimentis elisantur, antea abunde
differuimus, ceu de domesticis quoque, & agresti-
bus. Non mediocriter uero est differentia eorum, quae
in stagnis, aut paludibus, aut lacustribus locis ui-
uunt, cum his quae in montibus, aut locis siccis de-
gunt. Nam pro locorum natura ac proportionem, ani-
malium carnes sunt siccae, & excrementis uacuae,
& ad coquendum faciliores: aut humidae, & ex-
crementitiae, & concoctu difficiliores.

De anseribus, & struthocamelis.

Xηνών nomen ueteribus etiam est consuetum,
σπρδοκαμήλων uero insolens. Nominant enim
cas μεγάλας σπρδός: ego uero etiamnum ado-
lescentulus, audiui sophistam quendam ex eorum
numero, qui de eiusmodi problematibus disserit,
in utranque partem disceptantem, ac probantem,
huiusmodi animalia nunc aues esse, nunc uero
non esse. Longe autem praestiterit non id, sed qualemnā
alimentum, quod ab ipsis sumitur, habeat faculta-
tem, inquirere: id autem ubi ex me audieris, per o-
cium ab alio discas, utrum oporteat animalia haec
aues nominare, necne. Ipsorum igitur caro est ex-
crementitia, multoque ad coquendum est difficilior,
quam praedictorum uolucrum animalium: ipsorum D
tamen alae non sunt ceterorum alis deteriores.
Quod non quidem in multis uolatilibus, potissimum
quae parua sunt, & carne dura praedita, alarum sub-
stantia est fibrosa, ac dura. Quarundam autem caro
tota est eiusmodi, cuiusmodi gruum: quas tamen
& ipsas mandunt, plurimis ante diebus macerantes,
& (ut sic dicam) mortificantes. Inter grues au-
tem & anseres caro tardarum, quas uocant, quo-
dammodo est media, quae ὀπίδες uel ὀπίδες appel-
lantur: utroque enim modo prima syllaba profer-
tur, & scribitur, per ὀ scilicet, & per ω.

De differentia, quae est in partibus ani-
malium uolucrum.

Viscera quidem in uolucris animalibus, e-
andem habent ad carnes proportionem, quam

A in pedestribus habere memorauimus: intestina ue-
ro horum omnium omnino non manduntur, in co-
rum tamen uentriculis non ita habet. Vesci enim
sunt, & nutriunt. Quidam autem ipsorum ualde eti-
am sunt iucundi, ceu anserum, post quos sunt alti-
lim gallinarum. Quemadmodum autem in sui-
bus, dum adhuc uiuunt, hepar ex caricarum pastu
ad uoluptatem praeparatur: ita in anseribus uideo
ipsorum alimenta lacte imbui: ut non modo corum
iecur sit iucundissimum, sed potenter etiam nutri-
at, ac optimi sit succi, & deiectione minime difficile,
probeque similiter in uentriculo conficiatur. Ad haec
alae anserum ad concoquendum ac nutriendum sunt
accommodae: & his adhuc magis gallinarum. Cae-
terum cum iuniorum animalium caro ab annoso-
rum multum dissidet, alarum quoque natura mul-
to euidentius dissidet. Pari modo gracilia ab obe-
sis discrepant. Nam iuniorum ac probe nutrito-
rum caro praestantissima: pessima autem gracilium
& annosorum. Pedes autem paulo minus omni-
um, cibo sunt inepti. Gallorum autem gallinaceo-
rum cristas, ac palearia nemo nec probabit, nec e-
tiam damnabit: horum uero testes sunt praestanti-
simi, praecipue altilium, & multo magis si cibis
eorum, quo sunt nutriti, seroso lacte fuerit imbu-
tus: nam & boni sunt succi, & ualide nutriunt, & ad
coquendum sunt facillimi: deiectionem tamen nec
iuuant, nec morantur. Ceterum animalia uolu-
cria exiguum quidem habent cerebrum, sed ipsum
tamen tanto pedestrium cerebro est praestantius,
C quanto est durius: uolucrum autem ipsorum, monta-
na cerebrum habent quae palustria praestantius, pro
aliarum omnium partium proportionem. Quidam
autem falso struthocamelum uentriculum laudant,
ceui medicamentum quoddam, quod coctionem
iuuat: alij uero longe magis mergi uentriculum lau-
dant. Verum haec neque ipsa facile concoquantur,
neque alij in eo ceui medicamenta auxiliantur, ue-
luti zingiber & piper: & praeterea alia ratione ui-
num & acetum. Quod si de uolucrum animalium
lingua, ac rostro dicere aggrediar, cum ea nemo
ignoret, garrire merito exultabor.

De ouis.

OVa quoque inter alimenta, quae ab animanti-
bus sumuntur, sunt numeranda, quorum tres
inter se sunt differentiae: Prima quidem penes pro-
priam substantiam. Gallinarum enim ac phasianarum
sunt praestantiora: deteriora uero anserum ac strutho-
camelorum: Secunda autem penes tempus: aut enim
longo ante tempore, aut breui sunt edita: Tertia
penes cocturam rationem: nam quaedam diutius co-
cta fuerunt: alia ad medium crem usque consistentiam:
alia duntaxat ex calfacta fuerunt. Secundum quas
differentias, alia quidem cocta uocantur: alia tre-
mula: alia forbilia: Tremula uero ad nutriendum
omnium sunt praestantissima: Sorbilia autem mi-
nus quidem nutriunt, sed facilius subducuntur,
& pharyngis asperitates laeuigant: Cocta uero &
ad coquendum sunt difficilia, & tardi transitus, cras-
siusque alimentum corpori tribuunt. His uero tardius
d 4 perma

permeant, ac peioris sunt succi, quæ in calidis cineribus affantur. Quæ uero *ἰσχυρὰ*, id est, in fartagine sunt spissata, atq; ob id ipsum *πικρὰ* nuncupant, pessimum habent omnibus modis alimentū. Nam interim dum coquuntur, in nido rem uertuntur, & præterq; quod succū crassum gignūt, ipsum etiā prauum gignunt, atq; excrementitium. Porro quæ *πικρὰ*, id est, suffocata appellant, elixis & assis sunt meliora: paratur aut ad hūc modum. ubi ipsa oleo, & garo, & pauco uini conspersa fuerint: uas, quo continent, cacabo aquam calidam habenti indunt: deinde ubi ipsum totum superne obturarint, ignem substruūt, quoad oua mediocrē habeant cōsistentiā. Quæ em supra modū sunt crassa, elixis & assis sunt similia: Quæ uero ad mediocrē crassitiem perueniunt, & melius q; dura concoquuntur, & alimentū corpori dant præstātius. Eidē etiā cōsistentiæ mediocritati, intentos nos esse oportet, in ijs ouis, quæ superne caldarijs infunduntur, non permittentes neq; ipsa omnino in crassari: sed cum adhuc succum suum retinent, uas ab igne submouentes. Oua aut recentia ueteribus plurimū præstant: quippe optima sunt recentissima: uetustissima autem pessima. Quæ uero in horum medio sunt, proportionē recessus ab extremis, bonitate aut prauitate inter se differūt.

De uolucrum animalium sanguine.

Gallinarum ac columbarū sanguine nonnulli uescuntur, maxime altitum, qui suum sanguine haud quaquam est inferior, neq; uoluptate neq; concoctionis facultate: plurimum tamen relinquitur à leporino. Sanguis autem omnis, quocunq; modo ipsum paraueris, ad coquendum est difficilis, & excrementitius.

De nutrimento, quod ab aquatilibus animalibus sumitur.

Animaliū in aquis degentiū, permulta sunt genera, differentiæq; in ijs sunt, ac species. Nunc uero similitudines inter ipsas, quæ ad usum medicinæ pertinent, ut in prioribus fecimus, referemus: medicinā aut, aut artē sanitatis tuendę dicere, nihil ad præsens propositū interfuerit. De omnibus igitur dicemus, quemadmodū in alijs ante fecimus, quibus uulgo assidue uescuntur.

De mugile.

Mugilis ex squamatorum piscium est genere, nasciturq; non in mari modo, uerū etiam in stagnis ac fluuijs. Proinde particulares mugiles magnum inter se habent discrimen, adeo ut pelagici mugilis genus, diuersum esse uideat ab eo, quod in fluminibus, stagnis, lacubus, aut riuulis urbium latrinas purgantibus, provenit. Eorum sanē caro, qui in aquis limosis ac sordidis degunt, excrementitia est admodū ac mucosa. Optima autem eorum est qui in puro mari uiuunt, præcipue cum uentorū procellis agitur. Nā in quieto, nullisq; agitato fluctibus, tanto pisciū caro sit deterior, quāto minus exercitatur: in stagnis aut maritimis (quæ *λιμνοθάλασσας* appellant) adhuc est deterior: et hac adhuc magis in stagnis: quæ si parua sint,

nec magnos fluuios recipiāt, neq; fontes habeāt, nec largū effluuium, multo profecto est deterior. Pessima sunt stagna, ex quibus nihil aquæ omnino effluit, sed stabilis est, ac planē immota. De ijs porro, qui in paludibus, lacubusq; atq; id genus locis degunt, initio diximus. Pessimā enim habēt carnē, qui in eiusmodi locis degunt. Eorū aut, qui in fluuijs gignuntur, præstantiores sunt, qui in ijs gignuntur, in quibus aqua rapide fluit, ac copiosa est: qui uero in stagnantibus, non boni. Præterea penes alimēta pisces meliores peiores ue euadunt. Nam quibusdam herbarū ac bonarum radicū copia suppetit, ijsq; eam ob causam sunt præstātiores. Alij herbas pascuntur limosas, & radices mali succi. Præterea qui in fluminibus urbem magnā præterfluentibus, hominū stercorebus & prauis id genus escis uiscitant, omniū, ut diximus, sunt deteriori: adeo, ut si paulo diutius mortui permanserint, statim putrescant, & pessime oleant. isti aut in cibo sunt prorsus iniucundi, & ad coquendū difficiles, exiguumq; boni quidē alimentī, excrementi aut plurimum reddunt. Quare mirū non est, si prauum succum in eorū corporibus, qui quotidie illis uescuntur, congerant. Qui cum sint deteriori, omniū cōtra sunt præstantissimi, qui (ut diximus) in purissimo mari degūt, maxime ubi littora, quæ aquam in orbem ambiunt, terra nō abundant: nec læuia, sed aut arenosa sunt, aut aspera. Quod si præterea ad boreā spectent, longe erūt meliores. Cum enim exercitationes propriæ non parum ad succi probitatē omni animanti conferāt, puritas adhuc eius uenti, quæ aquæ miscetur, substantiæ ipsorum bonitatem auget. Perspicui igitur ex ijs quæ diximus, est, mare alterum alteri in eo præstare, q; aut purum planē est, aut fluuios multos et magnos excipit, ut Pontus. Pisces enim, qui in huiusmodi degunt, quanto stagnales antecellūt, tanto ijs, qui in puro mari degunt, sunt inferiores. Sunt aut & stagna quædam huiusmodi, quorū quedam *λιμνοθάλασσας* appellant, ubi uidelicet fluuius magnus stagnum efficit, quod mari cōiungitur. Et ut fluuius non stagnet, ubi primū mari cōmiscetur, aqua ex falsa ac dulci est mista, & pisciū caro, qui in ea aqua degunt, mediā est inter fluuiālium & marinarum piscium carnem. Cōmunis aut tibi sit hæc ratio, alijs quoq; piscibus, qui in fluminibus, et stagnis, & mari gignuntur: nam bona eorū pars non ambigit, cum marini fluuiālem aquam fugiāt: fluuiāles autem ac stagnales, marinam. Mugilis uero omniū maxime aquis utriusq; utitur: eaq; ipsius natura est, ut à mari longissime discedēs, aduerso flumine natet. Hic quidē mugilis numerosas ac paruas spinas non habet, uti nec alius quispiam marinarum: qui uero ē fluuijs, aut stagnis mare ingreditur, nō secus ac cōgeneres, plenus est huiusmodi spinarū. Nam omniū ferē pisciū caro, qui in stagnis, aut fluminibus gignunt, tenuibus spinis plena inuenit, quas nullus marinarū habet. Nā quo loco magni fluuij ostiū mari cōmittitur, nonnulli quidē pisciū fluuiālium in mari, quæadmodum

&

& marini quidam in flumine capiunt, quos discernas, eo quod predictas spinas, aut numerosas, aut prorsus nullas habeant. Pauci sane fluuialiū mare ingrediuntur: at marini omnes fluuijs gaudent. Continuo autē & gustus mandenti tibi, præstantio rem mugilem indicabit. Lucidior namq̃ ipſius est caro, & acrior, pinguedinisq̃ expers. Pingues cōtra, & soluti saporis, tum cibo, tum ad cōcoquendum sunt deteriores: præterea stomacho sunt noxi, & uitiosi succi: quapropter cum origano ipſos parant. Quidā uero nostrates, pisces quosdā in fluuijs genitos *λδκισκος* nomināt, ratī diuersos esse à mugilum genere: cætera tamen omnino animal animalī est simile, nisi q̃ *λδκισκος* paulo est candidior, caputq̃ habet minus, & saporē acidiorē; alimenti autē quod ab eo sumitur, facultas est, qualem prius fluuiali mugili inesse diximus. Proinde de nomine, nō dere est cōtrouersia. Quod autē nouisse magis retulerit, id iam dicā. Hic piscis unus eorum est, qui sale cōditū asseruātur. Nam stagnalis sic conditus, multo q̃ ante præstantior euadit. quicquid enim mucosum, aut uirosum gustu refert, id totum deponit: Verum recens salitus, iandiu salito est melior. Sed de salitis quidē piscibus paulo post sermo communis habebitur, sicut de ijs, qui hyme (ut sic dicam) mortificantur.

Delupo seu laurace.

Hunc piscem in aquis dulcibus natum nō uidimus, sed ē mari in flumina, aut stagna ascēdisse conspeximus. Ideoq̃ paruus, raro: quēadmodū mugilis, sæpe inuenit. Et quanq̃ pelagijs sit, stagna tamen maritima non fugit, nec fluuiorum ostia: Pelagij enim uocantur, qui in mare profundum secedunt. Alimenti sane, quod tum ex hoc, tum ex alijs piscibus prouenit, sanguinem gignit cōsistentia tenuiorem, q̃ quod ex pedestribus animalibus sumitur, adeo, ut non adfluenter nutriat, et celerius discutiat. Cum autē nomen hoc tenuius nunc in duabus rebus inter se collatis, nunc citra collationem enūciemus, sciendū nos, cum ipsum simpliciter pronunciamus, ad sanguinem medium inter extrema cōparare. Extremæ autem prauitatis secundum consistentiam, sanguis est tum crassus, ut pix liquida: tum serosus adeo, ut postea quam ē uena effusus concreuerit, plurimū habeat aquosæ humiditatis supernatantis. Laudatissimus uero est, qui inter hos exacte est medius, qui fit ex pane optime præparato (de quo primo libro egimus) & animalibus uolucris, de quibus diximus, perdice scilicet, alijsq̃ id genus: quibus ex marinis piscibus pelagij sunt propinqui.

De mullo seu trigla.

Hic quoque pelagicis piscibus annueratur: celebratur autem apud homines, tanquam uoluptate cibos reliquos superet. Omnium ferme aliorum carnem habet durissimā, & ualde friabilem: quod idem significat, ac si dicas nihil in eo esse lentoris, neq̃ pinguedinis. Nutrit certe, cum probe confectus fuerit, omnibus alijs piscibus copiosius. Diximus autē antea, quod cibus durior, ac

A crassiorum partium, & (ut sic dicam) terrestris magis, alimentum corpori præstat copiosius, q̃ humidior ac mollior, præsertim quando præter id, substantiam habet corpori alendo accommodatam ac familiarē: quæ substantia uoluptate iudicatur. Nam alimenta, quæ tota substantia ab ælendis animalibus sunt aliena, ea aut non prorsus, aut insuauiter manduntur: ex familiaribus uero, quemadmodum humidius, minus nutrit, ita coquitur facilius ac distribuitur. Ergo nulli caro, iucunda quidem est, ut quæ alimentū est hominum naturæ accommodum: & quanq̃ alijs piscibus sit durior, manditamen quotidie potest, propterea q̃ friabilis est & pinguedinis expers cū quadā acrimonia. Nam pinguis & lenta cibaria, statim ut sumpta fuerint, celeriter implent, & appetentiā euertūt. Præterea quod maius est, cōpluribus deinceps diebus ipsorum esum nō sustinemus. Verū nulli hepar propter uoluptatē à gulosis summo opere expeti. Quidam uero ne ipsum quidem per se manderē uolunt, sed garelæam, quod uocant, in uase cum paulillo uini præparantes, in eo uiscus ipsum tantisper cōminuunt, quoad totum simul ex ipso & humidis preparatis succus unus fiat simplex ad sensum ac similis, in quo nulli carnes intinctas mandūt. At mihi profecto nequaq̃ tantæ suauitatis esse uidetur, neq̃ tantā corpori utilitatē adferre, ut tantopere sit cōcupiscendū, uti nec ipsum caput: quāquam gulosi hoc quoq̃ laudāt, ac secūdas post iecur ferre prædicāt. Ceterū intelligere nequeo, cur permulti grandissimos mullos emptitēt, cū nec adeo suauis sint carne, ut minores: nec ad coquendum facili, ut quæ dura admodū est. Ob eā igitur causam, cum quendā aliquādo interrogassem, qui ingenti pecunia pregrandes mullos emerat, quid esset, q̃ illos tantopere expeteret, respōdit se primū propter hepar illos tanti emisſe: tum autē & propter caput. Verum hæcenus de nullis hæc dixisse, huic sermoni, in quo utilitatē inquirere institimus, satis fuerit. Porro optimi nulli fiunt, ut alij etiā omnes pisces, tū propter mare purū: tum maxime propter alimenta. Nam qui cancellos uorant, & grauiter olent, & insuauis sunt ac ad coquendū difficiles, & mali succi. Hos porro dignosces, si prius quidem q̃ uescare, uentrē referaris: inter uescendum uero ipse statim gustus ac olfactus iudicium adferet.

De piscibus saxatilibus.

Scarum, merulam, turdū, iuliam, fucā, percam à locis, in quibus uersari comperiuntur, pisces saxatiles appellant. Non enim in lauiibus, aut arenosis, aut terreis littoribus, sed in petrosis promontorijs, & ubi saxa sunt, delitescunt, ac pariūt. Inter hos autem scarus excellere suauitate creditur, secundum hunc, merulæ ac turdi: tertio loco, iuliæ, fucæ, ac percæ. Porro alimentū, quod ex eis sumitur, non modo ad coquendum est facile, sed hominum etiā corporibus est saluberrimum, ut quod sanguinē medium cōsistentia generet. Medium autem uoco, qui neq̃ admodum tenuis est, neq̃

neq; aquosus, neq; uehementer crassus. At cum magna huius medij sit latitudo, de ipsius differentijs procedente sermone differemus.

De gobione.

Gobio littoralis est piscis, ex eorū etiam numero, qui parui perpetuo manēt. Prestantissimus autē ad uoluptatē, coctionem, simul ac distributionem, & succi bonitatem est is, qui in arenosis littoribus, aut saxosis promontorijs uiuit. Non autem æque est iucundus, neque boni succi, neque ad coquendum facilis, qui in fluminum ostijs aut stagnis maritimis uersatur. Quod si aqua limosa quoq; fuerit, aut fluuius urbem expurget, gobio, qui in eis gignetur, erit deterrimus; ceu alij omnes pisces, qui in aquis huiusmodi uersantur. Merito igitur in saxatilibus piscibus nullū est inter congeneres discrimen manifestū, ut qui perpetuo in purissimo mari degāt, aquamq; dulcissimā, & eam quæ ex eiusmodi & marina est mista, fugitent. Secūdis autē post hos pelagici idem accidunt; neq; enim hi tantum inter se dissident, quantū qui in utrisq; aquis uersantur; horum namq; qui in purissimo mari degunt, suorum congenerū sunt præstantissimi; contra omniū sunt pessimi, qui in fluminibus urbes expurgantibus uiscitant. Medij uero inter hos sunt, qui in medijs locis uersant. Diximus autem hæc supra, cū de mugile agebamus. Cæterum gobionum caro, ut carne saxatiliū est durior, ita mollior q̃ mullorum. Ipsa igitur portione uescientium corpus nutrit.

De piscibus molli carne præditis.

Philotimus in tertio de alimentis, de piscibus carne molli præditis, ad uerbum sic scripsit, Gobiones autem, & sucæ, iulæ, percæ, murenæ, turdi, merulæ, lacerti, ad hæc asini, hamyæ, passer, secorarij, cithari, umbre, atq; molliū carnū genus uniuersum, facilius q̃ alij pisces cōficiuntur. Ipsum sanē iure quis demiretur, quonā pacto scarū præterierit, cū is inter pisces saxatiles primas teneat, quibus omnibus caro inest, q̃ alij piscibus, mollior ac friabilior. Quidam enim ipsorum molli quidem sunt carne, sed nullam habent friabilitatem, ut quibus succus quidā lentus ac pinguis innatet; [alij nihil lētoris, nec pinguedinis habētes] in eo quidē saxatilibus sunt similes, carnis tamen duritiæ ab eis discrepant, cuiusmodi sunt pelagici propemodum omnes, nisi si qui ipsorū prauo alimento propriam carnem corrumpant, ut mulli, qui cancellos mandūt. Cancelli autē parua sūt ani malia flauo colore, minimis cancris similia. Saxatiles uero, nec alimenta, nec loca mutant, nec dulcibus aquis utunt, ob eamq; causam omnes perpetuo sunt inculpati. Quos Philotimus quidem asinos nominauit, alij autē asellos nomināt, siquidem probō utantur alimento, & mari puro, carnis bonitate cum saxatilibus cōtendent; qui uero prauo alimento utuntur, aut in aquis mistis, & potissimū si eæ uitiosæ fuerint, degunt, carnis quidem mollietatem non abijciunt, sed pinguitudinem ac lentorem acquirūt, propter quam neq; suauis amplius,

ut ante, manent, sed alimentū ex seipsis excrementitium reddunt. In omnibus porro piscibus, id cōmuniter, ut diximus, memoria tenere oportet, pessimos gigni in eorum fluuiorum ostijs, qui latrinas expurgant, aut culinas, aut balneas, aut uesitium ac linteorum sordes, aut si qua sunt alia in urbibus, per quas medias fluunt, expurganda, & potissimum, si populosa urbs fuerit. Quin & ipsius murenæ, quæ in eiusmodi aqua degit, caro deterrima inuenitur; quanquam certe neq; flumina ipsam subire inuenias, aut in stagnis gigni, pessima tamen in huiusmodi fluuiorū ostijs, qualis est Tyberis Romam præterfluens, gignitur; eoq; in ea urbe omnium ferē marinorum pisciū minimo emitur; quemadmodū & qui pisces eodem in flumine nascuntur, quos nonnulli Tyberinos appellant, tanq; speciem habeant propriā, nulli marinarum similem. q̃ autem missione eorū, quæ ex urbe in fluuium influūt, fiant deterrimi, ex eo intelligere poteris, quod meliores sunt, qui in eodē fluuiō nascūtur, prius q̃ is ad urbem perueniat. Quin & alius quidam est fluuius in Tyberim trecentis & quinquaginta stadijs ab urbe prorumpens, quem Nar appellant, qui pisces habet longe Tyberinis præstatiores. Nam & ab ipsis statim fontibus magnus oritur, & purus perpetuo decliui rapidoq; fluxu in ipsum usque Tyberim profluit; nusquam prorsus ne tantillū quidē restagnans. Porro q̃ propter cōsuetudinē uernaculos pisces experiētia habēt exploratos, is memoratis paulo ante indicijs ad ipsos dignoscendos nihil opus fuerit. Quibus uero eorū usus est insolitus, siue ex alia ciuitate eō migrarint, siue sint incolæ, hæc omnia statim initio expendant, prius q̃ a propria experiētia ad cognitionem naturæ singulorū piscium adducant. Non igitur oportebat Philotimū simpliciter de omnibus tenera carne præditis piscibus simul tractare, neq; saxatiles alijs indiscriminatim permiscere. Hi nanque semper sunt optimi; quod asellis minime contigit, nec murenis, ut ne gobionibus quidem. Etenim quidam ex his in fluuijs & stagnis; alij autem in mari nascuntur; alij in stagnis maritimis, quæ uocant, aut omnino in aquis permistis, ubi magni fluuij ostiū mari cōmittitur. Plurimū certe particulatim inter se dissident, ut mugilis & murena. Aselli uero his quidē minus: uerūtamen hi quoq; inter se nō mediocriter discrepant. Cæterum gobiones non perinde mollem, ac isti & saxatiles pisces, carnē habent, ueluti nec umbræ, quæ *σκυριδὲς* aut *σκυριδῶν* duplici nomine appellantur. Quod uero ad citharos attinet, Philotimū uehementer miror; quibus cum rhombus sit adsimilis, carnem tamen habet ipsis molliorē, cum interim asellis longe sit inferior. Et hos igitur, & alios, quos uocant secorarios, atque alios, quos Philotimus saxatilibus & asellis permiscuit, scito in medio esse piscium duræ carnis ac molliis. Nam nondum duræ quidem carnis sunt, & ab ijs, qui exacte sunt molles, relinquuntur: quibus & soleam Philotimus non annumerauit: ut nec saxatilibus scarum

scarum: nisi sanè passeris nomine soleā intelligat. Similes enim quodammodo inter se sunt passer & solea; nō tamen omnino eiusdem sunt speciei: Solea enim mollior est, & cibo suavior, ac in totū præstantior quā passer. Quin & lacerti mediū quodammodo sunt inter pisces carnis mollis ac duræ: nullus tamen memoratorum piscium aceto, aut sinapi, aut origano indiget, ueluti pingues, lenti ac duri. Quidā etiam frixis ijs in sartagine uescuntur; alij assant, aut in patinis condiunt, ut rhombos & citharos. Verum hi coquorum in patinis apparatus, cruditatis in totum sunt causæ. ad coquendum aut sunt præstantissimi, qui ex albo iure fiūt, quod ad hunc modum fit. Copiosam aquam primum iniice, deinde olei quod satis sit, adfundito, cum paucis anethi & porri: deinde cum pisces semicocti fuerint, salis tantum inspergito, quoad totum ius falsum nondum appareat. Hæc præparatio uel ægrotis ipsis est accommodata; quibus uero in culpa est sanitas, ijs pisciū in sartagine frixorū: secundo loco super craticula assorum, præparatio est accommodata, uerū hæc sanè oleum garumq; cum paucis uino exposcit: frixis uero plus uini gariq; addere conuenit, minus olei. Quod si quibus id stomachum subuertat, paratū habeant acetū, modicum in se gari piperisq; cōtinens. Qui enim ad id condimentū transeunt, melius concoquunt, & deiectio nihil eis deterius procedit: cuius potissimum gratia ex uino & garo quidam frixos pisces mandunt, plerisq; piper immittentibus: paucis, oleum. Nonnulli autē ex memoratis piscibus, cum frixi fuerint paucis sale insperfi, in cibo simul sunt suauissimi, præterea ad coquendum fiunt meliores ac stomacho utiliores: q̄ si alio quouis modo essent apparatus. Omnium autē memoratorū piscium alimentum hominibus ociosis, senibus, imbecillibus, & ægrotis est accommodatissimum: qui uero corpus exercent, cibos postulant firmiores: de quibus supra disseruimus. Diximus autem sapenumero molles & friabiles cibos ad sanitatem maxime conferre: q̄ ij omnium optimi sint succi. Nihil enim est, quod ad firmam ualitudinem tutandam adeo conferat, quā succus bonus.

De piscibus duræ carnis.

DE his quoq; in secundo de alimentis Philotimus ad uerbum sic scripsit: Dracones, cuculi, musteli, scorpij, pagri: ad hæc trachuri, & mulli; ac rursum cernuæ, glauci, scari, canes, congrī, hamia, libellæ, omnesq; duræ carnis pisces, ægre cōficiuntur, succosq; crassos, & falsos in corpus distribuunt. hæc quidē Philotimi sunt uerba: nos uero singula eius dicta, ab ipso initio expendamus. Dracones quidem ac cuculi, omnibus ijs qui ipsis uescuntur, durā habere carnem, manifeste apparent: Mustelorum uero non una est species. Nam qui piscis apud Romanos in maximo est pretio, quem galexia appellant, ex genere est mustelorum: qui ne in Græco quidem mari usquam nasci uidetur: quæ causa est cur Philotimus ipsum ignorasse uidetur: id tamen nomen in exemplaribus dupliciter scri-

ptum inuenitur, in quibusdam enim γαλεῖοι, per tres syllabas; in alijs γαλιώννυμ, per quinque. Et liquet sanè celebrem illum apud Romanos galexia in eorum numero, qui molli carne constant, esse habendum; reliqui uero musteli dura magis carne sunt præditi. Deinceps autē Philotimus scorpiū, trachurū, mullum, cernuā, glaucum, inter duræ carnis pisces recte connumerat: in eo autem peccat, quod scarum (qui piscis est saxatilis) illis accenset: post hæc autem canem adscribit, quem in cetaceorum genere numerare oportebat, ut qui carnem duram habeat, atq; excrementitiam. Quatuor ipso in partes secto, ac salito uulgares homines uescuntur. Ingrati enim est saporis, ac muccosus. Ideoq; cum sinapi & oxelato, atq; id genus acerbis cōdimentis eum mandunt. Ex hoc item genere sunt balenæ, & delphini, & phocæ. Ad quos proxime magni thunni accedunt: quanq; non æque ac prædicti, in cibo sunt iucundi: insuaues enī sunt hi, & præsertim recentes: nam falsi euadūt meliores: Thunnorum autem caro, qui & ætate & corporis mole sunt minores, non perinde dura est, eoq; hi facilius quoq; concoquuntur, & ijs adhuc magis pelamides, quæ sale condita, laudatissimis falsamentis nō cedunt. Plurimæ hæc ex Ponto aduehuntur, ijs duntaxat, quæ ex Sardinia atq; Iberia important, inferiores. Hoc namq; falsamentum iure in summo pretio habetur, tum propter uoluptatem, tum propter carnis mollitiē. Vocatur autē passim usitato nomine falsamentum Sardicum.

Post sardas autem ac pelamides, myli qui ex Ponto adferuntur, præcipue commendantur. Post ipsos sunt graculi. Hæc itaq; uelut obiter de salitis piscibus sint dicta. Libellarū porro haud perperam Philotimus inter pisces duræ carnis meminit, uerum unā etiā earum insuauitatis mentionē facere oportebat, ceu aliorū quoq; quos omnino prætermisit. Congrū uero, pagrum, hamia, & aquilæ recte duram carnem habentibus annumerauit. Suntq; alij quidam pisces, ut ipse inquit, duræ carnis, quorum nomina suppressit, q̄ eis homines raro utantur. Quare satius est nos quoq; omnis nominibus, ipsorū facultates ingere. Haud ergo male censuit Philotimus duræ carnis pisces egrius, q̄ in ollis confici. Siquidē tum cōcoctio, quæ in uentriculo fit, tum in singulis corporis partibus alendis assimilatio, in mollioribus quidem, facilius: in durioribus uero, egrius fit. Illa namq; fiūt, cum hæc alterant. Porro quæ molliora sunt, ea facilius alterantur, q̄ facilius etiā patiant: eorum autē, quæ alterantur, affectio est alteratio. Proinde recte dixit pisces duræ carnis ægre cōfici: recte etiā crassum succum gignere. Durior namq; cibus crassiorē habet substantiam: ut mollior tenuiorem. An uero falsum quoque succum dura cibaria procreent, deinceps erit considerandum. Philotimus namque, ut & eius præceptor Praxagoras, falsum succum ex ijs quæ supra modum coquuntur, generari tradit. Mihi uero non simpliciter, sed cum limitatione id pronuncians uidetur. Quoniā uero sermo hic

hic ad omnia dura cibaria communiter pertinet, pro-
prio illum capite seorsum deinceps discutimus.

An dura omnia per decoctionem sal-
fos succos gignant.

Non solum in piscibus duræ carnis, sed in alijs etiā omnibus duris cibis, Praxagoras & Philotimus falsum humorem ex diuturniori decoctione gigni arbitrantur. Quem non falsum modo, sed etiā nitrosum appellant. Equidem cōperio plurimorum, aut si vis etiā omnium decoctum, quando coquitur, falsius semper euadere; post autem (ut & ipsi uolunt) amarum. Nam corpus ipsum solidum, quod in aqua elixatur, qualitates, quæ initio sibi incrant, in ea deponit ita: ut tandem *πρωτον*, quod uocant, & aquosum euadat, neque quicquid falsedinis aut amaritudinis, aut acrimoniæ, aut adstrictiōis habeat. Clarius autem huius rei ueritatē intelliges, si quando quod elixas, in aliam aquam transfusum, rursus elixaris. Inuenies namque id, quod decoquitur, propriam amisisse qualitatem, aquam autem eam in se recepisse. Quamobrem lupini, qui ex cere alibus sunt cibis, aquam amarā efficiunt; quod & ipsi qualitatem amarā habeant congenitam. Sic & eruum, & absinthium, abrotonum, polium, & alia omnia amara: at solidum corpus, quod decoquitur, minus amarum apparet. Quod si in aliam aquam transfundens, rursus (ut paulo ante dixi) decoxeris, magis etiam quod ante amarorem abieceris deprehendes. Quod si tertio, aut quarto in aliam aquam transfuderis, magis adhuc id accidet quod prius, adeo ut tandem omni prorsus amaritudine sit carenturum. Ad eundem modum, quæ acris sunt, ut allium, cæpa, porrum, aquam, in qua elixa fuerint, manifeste acriter efficiunt: suum autem proprium corpus minus acre habent. Quod si subinde in aliam aquam transmutaris, omnem prorsus acrimoniam deponet. Quinetiam mala acerba, mespila, & pira syluestria, quanto magis coquas, tanto dulciora ipsa efficias, ipsum uero decoctum, acerbum efficitur. Si uero succos ipsos solos per se coxeris, primum quidem saliores: postea autem amari etiam fient. Quamobrem, quod ad succos attinet, Praxagoram ac Philotimum recte sensisse (ut diximus) est concedendum: de solidis uero corporibus res aliter habent, ac censuerunt. Nam si, ut paulo ante diximus, ex prima aqua in secundam ipsa transferas, & post illam rursus in tertiam, aut etiam quartam: comperies ea prorsus priorem succum deposuisse, adeo ut degustantibus aquea insipidaque appareat. Quod si aquam non mutes, primo quidem decoctum necessario falsius apparebit, postea uero amarum. Verum ius ipsum in primis Praxagoram fecisse uidetur, quod per elixationem falsius redditur: non intelligentem, quod sale aut garo statim initio conditura in aquam iniectio, necessario procedente coctione succus falsior, quam ante efficitur. Quemadmodum etiam si nulla alia re immixta pura ac dulcissima aquæ salis minimū permisceas. Nam ea quoque feruifacata, falsior redditur: nec mirum, cum ipsa aqua optima diutius de-

cocta, falsam qualitatem tandem assumat.

De animalibus, quibus testa pro cute est.

Cum id, quod totum corpus ceu uestimentum quoddam cuiusque natium ambit, cutis appellatur, etque buccinarum, purpurarum, ostreorum, hiattularum, & aliorum id genus, tegumentum proportionem respondeat: idcirco hæc animalia ostracoderma appellant. Tegumentum enim, quod extrinsecus ipsis est circumdatum, teste, aut lapidi palam est simile. Omnibus porro eiusmodi est commune, ut falsum in carne succum contineant, qui aluum subducit, quod seorsum unicuique magis minus uel inest, pro qualitatis ac quantitatis ratione. Siquidem ostrea inter alia testacea carnem habent mollissimam: parua autem hiattula, uertebra, ungues, purpura, buccina, omniaque huiusmodi, duram. Non absque igitur ostrea quidem alium ualentius subducit: corpus autem imbecillius nutriunt: duriora uero difficilius quidem concoquantur, sed firmiter sunt nutrimenti. Verum hæc quidem omnia elixantur: ostrea uero citra elixationem mandunt: quidam autem etiam in sartagine frigunt. Quemadmodum autem ex testaceis animalibus, [quæ dura sunt] carnem adcoquendum, ita etiam ad corrumpeendum habent difficilem: ob eamque causam ea sæpe ipsis exhibemus, qui bus cibi in uentriculo ob prauos succos corrumpuntur, siue ex iecore in eum conflant, siue ex ipsis tuniceis contineantur: habent autem omnia, ut diximus, succum falsum uentri deiciendo idoneum: sed minus quæ dura carne sunt, quam ostrea. Proinde cibum corruptentibus ea exhibemus, his ter uel in optima aqua elixantes: & cum prior falsa iam apparuerit, in aliam puram transferentes. Gignitur autem ex ipsis succus crudus, quem uocant, plurimus: ut ex ipsis quæ molli sunt carne, pituita. Quemadmodum igitur (cum succum falsum exuerint) caro ipsorum corrupta est difficilis, & aluum sistit, ita si quis ipsos sale, aut garo condiderit (quomodo hiattulas solent) succum ex ipsis genitum ebiberit, uenter quidem et abunde deijcitur, corpus tamen nihil ex eo sumet alimentum.

De crustatis.

Astaci, paguri, cancri, locustæ, carides, gammarii, ac id genus alia, tenui testa concluduntur, duritieque testaceis sunt similia: sed minus quod illa falsi humoris continent: quamque cum habent salis multum. Dura in totum carne consistunt: ideoque & ad coquendum sunt difficilia, & firmi alimentum, cum scilicet in aqua potulenta præcocta fuerint, horum quoque caro, ut ostreorum, cum præcocta, ut dictum est, succum falsum in aqua deposuerit, aluum sistit. Aegre etiam corrumperuntur, non secus ac testacea, quæ duram habent carnem.

De mollibus.

Mollia uocantur, quæ neque squamas, neque asperam cutim, aut testaceam habent, sed mollem, instar humanæ: cuius generis sunt, polypi, sepiæ, lolligines, & alia quæ his sunt similia. Hæc certe quoniam neque squameum, neque asperum, neque testaceum tegmen gerunt, mollia tangenti apparent

apparent: duræ tamen sunt carnis, & ad coquen-
dum difficilia, exiguumq; in se succû falsum conti-
nentia. Si tamen concoquantur, alimentum non
paucum corpori exhibebunt. Cæterum hæc quo-
que succi crudi plurimum gignunt.

De chartilagineis.

Horum animalium cutis est aspera, ac noctu
splendicans, ideoq; nonnulli *ἐκ τοῦ σέλας ἐ-
χου*, hoc est, quia splendorem habeant, *σελαχία*
ipsa aiunt fuisse nominata. Inter ipsa aut torpedo
& pastinaca, carnem habent mollem, ac iucundā,
ceu & mediociter per uentrē subeuntem, nec con-
coctu difficilem. Nutriti item mediocriter, ceu
alia quoque omnia, quæ carne molli sunt prædita.
Cūctis porro id est cōmune, ut quæ partes ad cau-
dam sunt, medijs partibus sint corpulentiores: id
quod in torpedinibus præcipue inest. Nam horū
animalium partes mediæ videntur in seipsis habe-
re uelut chartilaginem quandam tabidam. Raia au-
tem, leuiraia, squatina, omniaq; huiusmodi, durio-
ra sunt, & concoctu difficiliora, alimentiq; copio-
sioris, quàm torpedo & pastinaca.

De cetaceis animalibus.

Diximus quidem iam ante de cetaceis anima-
libus, quæ marina sunt: in quo numero sunt
phocæ, balenæ, delphini, & libellæ, ac grandiores
thunni: & præter illa canes, quæq; his sunt similia:
nunc autem de ipsis quoq; in summa dicendum,
quod omnia eiusmodi, duram, & prauū succi, atq;
excrementitiam habent carnem. Quapropter sale
prius condientes, ipsis ut plurimum utuntur, ali-
mentum, quod ex ipsis in corpus distribuitur, ea sa-
lutura tenuius efficiētes, eoq; coctioni, & sanguini
faciendo accommodatius. Nam recens horum ca-
ro, ni ualde probe concoquatur, crudorum succo-
rum copiam magnam in uenis congerit.

De echinis marinis.

Ex mulso edunt hi & garo alui subducendæ
gratia. Parantq; in patinis, ouis, pipere, mel-
lec; iniectis. Imbecillis sunt alimēti, ac medijs inter
ea, quæ humores extenuant ac densant.

De melle.

Omnis alimentorū materia hæcenus duobus
generibus est cōprehensa, quorum alterum
quidem ipsorū à plātis: alterū uero ab animalibus
fumebatur: ab utroq; uero ipsorū mel est secretū.
Oritur enim in plantarū folijs: est aut neq; succus
earū, neq; fructus, neq; pars, sed eiusdem cum ro-
re generis: non tamen assidue, nec copiose, ut ille,
prouenit. Memini aliquando, cum æstate super ar-
borum, ac fructū, herbarumq; folia, mel quāpluri-
mum fuisset repertū, agricolas uelut ludentes ceci-
nisse, Iuppiter melle pluit. Præcesserat aut nox, ut
per æstatem, bene frigida (nam tum tempus anni
æstiuum erat) pridieq; calida & sicca fuerat aeris
temperies. Peritis quidē naturæ interpretibus ui-
debat, halitus ē terra & aquis à solis calore subla-
tos; ac deinde exacte tenuatos ac coctos, à frigore
secutæ noctis concretos, coaluisse: apud nos uero
raro id accidit: in monte aut Libano quotānis per-

Galen.

sape. Itaq; coria super terrā extendentes, & arbo-
res excutientes, quod ab eis defluit, excipiunt, &
ollas ac fictilia melle implent: uocantq; id mel ro-
scidum & aerū. Proinde constat materiā, ex qua
mel generatur, rori esse congenerē: uidetur aut &
ex plantis, in quarū folijs colligitur, boni melle
quidpiā ipsi accedere. Ideoq; laudatissimū in locis
mel gignitur, in quibus thymus, & alia quædam
herbæ ac frutices temperamento calidæ & siccæ,
assatim proueniunt: tenuiorū enim est partium id
mel, quod in huiusmodi plantis generatur: ideoq;
in calidis corporibus prōpte in bilem uertitur: fri-
gidis uero, siue per ætatē, siue morbum, siue natu-
ra talia fuerint, est accommodatissimū; ob id in san-
guinem mutatū, nutrire ipsa potest: in calidis uero
prius in bilem q; in sanguinē mutatur. Cum aut te-
nuum sit partiū, acrimoniae quiddā habeat est ne-
cessē, qua aluum ad excretionē proritet, quam cer-
te adimentes, ipsum efficimus ad distributionē &
coctionē accommodatius: cōmodissime aut ipsam
adimemus, si primum multū illi aquæ admiscueri-
mus, ac deinde tātisper coxerimus, quoad spuma
re desinat: oportet aut spumā statim ut emerferit,
continenter ab ipso tollere. Cum enim hac paran-
di ratione acrimoniam deposuerit, neq; amplius al-
uum ad excretionē irriter, haud cunctanter in cor-
pus distribuetur. Melicratū uero, quod paulisper,
aut nihil omnino coctum fuerit, prius deijcitur, q;
concoqui, & in corpus distribui, & nutrire possit.
Præterea in eo differūt, q mel non plenē coctum,
in uentriculo atq; intestinis flatus quosdā gignat;
contrā quod in decoctione spumam omnem abie-
cerit, flatus est expers, & urinam mouet. Quod si
quis citra aquæ admisionē, mel solū delingat, nu-
triet quidem infirmus, sed aluum promptius deij-
ciet. Largius uero sumptū, uentrem superiorē ad
uomitum solet concitare. Elixum autē sine aqua,
neq; uomitū similiter mouet, neq; aluū subducit:
uerum distribuitur, et nutrit magis: urinam aut mi-
nus eo, quod cum aqua est elixum, ciēt: quanquā
ne tum quidē cum nutrit, alimentū multū corpori
exhibet, adeo ut non defuerint, quibus nihil pror-
sus alere uideretur: qui abunde cōsutantur in ter-
tio de uictus ratione in morbis acutis, qui Hippo-
cratis est liber, à nonnullis quidem contra Cnidias
sententias inscriptus, ab alijs de ptisana: utrisq; in
hoc delinquentibus: uti in cōmentarijs in eum li-
brum scriptis ostendimus: in præsentia uero satius
erat ea de melle dixisse, quæ diximus, quorū sum-
ma est. Senibus quidē ac in uniuersum frigidi tē-
peramenti corporibus, mel esse accommodum: æta-
te aut florentibus & calidis, in bilem uerti. Præte-
rea nobis exiguum alimentū ex ipso accedere, ni-
si uerti in bilem occupet: q; si ei id accadat, tunc ni-
hil prorsus nutrire posse. Clarum autē est, q palli-
dam, & flauam bilem ex eo gigni dicimus, non az-
tram. Diximus enim iam sæpenumero, medicos
solere bilem eiusmodi simpliciter, citra coloris ad-
iectionem nominare: reliquas uero biles omnes,
cum coloris sui nomine explicare: alias aut omnes,

Tom. 2

c i porracea

porracea excepta, cum corpus grauiter agrotat, A excerni uidemus. Flaua uero, & pallida, & porracea etiam sine morbis, euomuntur saepenumero, ac deiciuntur.

De uino.

Vinum quidem ex eorum esse numero, quae nostrum corpus alunt, omnes fatetur. Nam si modo quicquid alit, cibum est, uinum etiam in genere ciborum est ponendum. Quidam tamen medicis negant id cibum esse appellandum, quod potus in sermone quotidiano, cibo sit oppositus, qui potio etiam appellatur, ut cibus, esca, & edulium. Ob eamque causam uinum nolunt uocare alimentum; quamquam alere ipsum non dissiteantur; quod uinum in praesentia requirimus. Quod si alias quasdam materias alere quidem concederent, alimenta tamen nominare ueterent, [omnium earum doctrinam in unum uolumen conferremus. Cum autem solum uinum nolunt appellare alimentum,] tamen ipsum nutrit, permittant nobis tractatui de alimentis breuem de uino sermonem adiungere. Quas enim uires Hippocrates in libro De uictus ratione in morbis acutis enumerat, non ut alimentis sunt, sed magis ut medicamentis. Illas quidem & in tertio commentariorum in illum librum, et in methodo medendi, ac sanatis tuenda libris exposuimus; in praesentia uero ipsius differentias in alendo, sumus tradituri, sumpto hinc initio. Vinorum omnium rubra simul & crassa, sanguini generando sunt accommodatissima, ut quae minima egeant mutatione, ut sanguis fiant. Post ipsa sunt nigra crassaque & dulcia, tum quae colore quidem rubra sunt, & nigra; consistentia autem, crassa, una cum adstringendi qualitate. His autem minus sua natura alunt, quam alba sunt simul ac crassa & acerba; omnium autem minimum nutriunt, quae colore quidem sunt alba; consistentia autem, tenuia, & aquis hydromeliti faciendo appositis quodam modo similia. Quod uero uina crassa magis quam tenuia alant, declarat ipsorum natura, praeterea experientia id ipsum comprobatur. Dulcia uero conficiuntur in uentriculo, ac distribuuntur facilius, quam austera, ut quae facultate sunt calidiora. Quae autem admodum sunt crassa, tardius quidem perficiuntur, ac distribuuntur: si tamen in uentriculum adeo robustum incidunt, ut confici recte ab eo possint, alimentum copiosius corpori exhibebunt. Constat praeterea, quod quem admodum haec corpori alendo tenuioribus sunt praestantiora, ita ad urinam ciendam sunt deteriora.

De cibis sale conditis.

DE cibis sale conditis, & medijs, ad finem operis scribere distulimus: ne haec igitur desiderantur, tempestiuum iam fuerit utrorumque uires explicare. Animalium corpora, quorum carnes durae simul sunt ac excrementitiae, ad salendum sunt accommodata: uoco autem excrementitias (ut superius in sermone) quae per totas sese diffusum habent humorem pituitosorem; qui quanto copiosior fuerit ac crassior, tanto caro si saliat, melior euadet. Quae uero aut admodum mollem, aut ualde siccam, & minime excrementosam habent corporis habitum, ad salendum sunt inepta. Salis namque facultas (ut

in opere de simplicibus medicamentis, demonstrauimus) est composita; nam corporum, quibus ad mouetur, humores superfluos tenuat ac digerit, et praeterea corpora ipsa cogit in sese ac condensat, cum nitri spuma ac laxum aphronitru tenuare quidem & discutere possint, cogere uero & condensare non possint. Corpora igitur, quae natura sunt sicca, salis conspersu exarscunt, cibo fiunt inepta; quidam autem leporem salire aggressus, mustellis exiccatis similem reddidit. Suum uero obesorum ac aetate florentium carnes, ad salendum sunt appositae, ut quae utriusque excessus sint expertes, annosorum uidelicet siccitatis, & nouellorum porcellorum immodice humiditatis. Quemadmodum enim corpora sicca, salita, corijs euadunt similia: sic contra quae immodica humiditate diffiunt, salis commercio contabescunt. Ob eam causam nec pisces mollis carnis, & excrementis uacui, ut quos saxatiles uocant, & aselli, qui in puro mari degunt, ad salendum sunt accommodati. Graculi uero, & pelamides, & myli, sardae, & sardinae, quaeque saxatina uocant, & falsamenta, ad salendum sunt appositae; praeterea ex marinis belluis cetacea, salita, euadunt meliora; habent enim & ipsa carnem excremento sam. Mulli uero, quod dura corum caro sit, & ab excrementis pura, non sunt ad salendum accommodati. Ex his autem perspicuum est, ea ad coquendum esse difficillima, quae sale condita, dura euadunt ac neruosa, & ueluti cutacea ac coriacea. Quae uero contra habent, tenuia quidem ipsa redduntur: mansa autem, humores crassos ac glutinosos tenuant. Praestantissima autem omnium, quae mihi experientia cognoscere licuit, sunt, quae a ueteribus medicis sardica falsamenta nuncupantur, hodie sardas uocant; & myli, qui ex Ponto aduehuntur. Secundum autem post illa locum habent graculi, & pelamides, & quae saxatina appellantur.

De medijs edulij.

IN singulis differentijs, quas alimentis inesse diximus, quaedam sunt media. Etenim inter ea quae molli sunt carne & quae dura, medium quiddam reperias, quod nec molli, nec dura sit carne; similiter inter tenuantia & in crassantia; calfacientia & refrigerantia; siccantia & humefactantia. Atque animalibus naturalem temperiem inculpatam quidem seruauit, similia suis naturis cibaria conueniunt. Iis uero, quae prauam temperiem, aut ab initio sunt sortita, aut post acquisiuerunt; non similitum sibi ipsis esus, sed contrariorum esse utilis. Seruatur enim similibus, quod probe secutum naturam est temperatum; quemadmodum quod male est temperatum, a contrarijs ad proprium temperamentum adducitur. Itaque singulae animalium naturae suum proprium medium habebunt, ut homo quidem tale, canis autem tale, atque ita in alijs omnibus. Praeterea huic homini sigillatim tale secundum hanc & illam aetatem, ad haec etiam secundum uitae conditionum, atque institutorum, & regionum, in quibus iam diu habitant, differentias.

CL. GALENI DE CIBIS BONI ET MALI SVCCI FER=

DINANDO BALAMIO SICVLO

101

INTERPRETE.

102

NON Æ caritas affi-
dua, quæ non paucos ab
hinc annos multas natio-
nes Romano Impio sub-
ditas afflixit: ijs qui non
omnino rudes imperitijs
sunt, plane significauit,
quãtam uitiosi corporis
succu (Græci cacochy-

inian dicunt) ad gignendos morbos uim habeat.
Nam qui intra urbes degebant (sicuti moris est)
dum sibi æstate pararent, quæ in proximū annum
uictui suffectura essent, uniuerso ex agris frumen-
to hordeoq; fabis lētibusq; asportatis, cereales re-
liquos fructus quos legumina & chedropa appel-
lant, eorum etiam parte in urbes aduecta, agrico-
lis relinquebant. Quæ cum illi per hycmem con-
sumpsissent, mali succi alimētis toto uere uesci co-
acti sunt. Teneris nāq; fruticibus, arborumq; ger-
minibus, & extremis ramulis, tum bulbis, & mali
succu plantarū radicibusalebantur. Agrestia quo-
que olera, & quicquid fors illis uberius obtulerat,
utpote herbas ferē omnes uiuentes decoctas, quas
nemo unquam prius degustauerat, ad satietatem
semper edebant. Ea propter cernere erat nonnul-
los ultimo uere, sed ferē omēs ineunte æstate, mul-
timodis uarijsq; per cutim ulcerib. laborantes. Ex
his nāq; alia erysipelatode, alia erāt phlegmono-
de, alia ad herpetis similitudinem serpentina, non-
nulla impetiginē, uel scabiem quasi, & lepram re-
ferre uidebātur. Sed ex his quæ sese mitillime per
cutim extulerūt, uitiosos humores ex uisceribus,
& imis corporis partibus extraxerūt. Cumq; non
nullis instar carbunculi, aut phlagēdænæ cum fe-
bre acciderent; multos quidem longo tempore su-
stulerūt: uixq; paucissimi ita affectu mortis pericu-
lum euaserunt. Quinetiam febres permultæ absq;
cutis ulceribus fiebant, quæ alui deiectiones gra-
uiter olentes, mordacesq; ac postremo intestino-
rum tormina, aut inanē egerendi uoluntatē, (quæ
tinctmos græce dicitur) afferebant. Vrinæ etiam
cum acritudine & graueolentia uesciā in nonnul-
lis ulcerabant. In alijs quoq; uel olido febres sudo-
re, uel abscessibus putredinem contrahentibus iu-
dicabantur. At quibus ex his quæ ante diximus,
nihil accidit, omnes uel aliquo ex extis euiden-
ti phlegmone correpto, uel ex uehementi prauaq;
febre interiere. Cum aut morbi initio medici non-
nulli per paucis uenam incidere auderent, (neque
enim abre ab eius generis remedio abstinebant,
quandoquidē prius ægrorum uires resoluebant)
missus quidē sanguis, non adeo probatē bonitatis
spectabatur, qualis ex salubri corpore mitti solet;
sed uel igneus magis, uel atrior, uel serosior erat,
uel acer, & eam ipsam dissectam uenam dum flue-

Galen.

ret pungens, ut egre inde ad cicatricē coiret. Non
nullis præterea, præcipueq; morituris ea cū febrī-
bus acciderunt, quæ menti uel uigilijs officerent,
uel sopore, Græci cataphoran uocant. Sed nec mi-
rum fuisse contrarios morbos symptomataq; qui-
bus tunc illi corripere, cū non modo natura aut
ætate inter se inuicēq; differrent, sed uictus quoq;
ratione: quo uarie & cōtrarias uires habente, supe-
riore uictus inopia usi sunt. His enim rebus qua-
rum cuiq; copia erat, uescebant, quæ cum dissimi-
les uariæq; essent: eas nonnulli sumebāt, quæ uel aci-
do, uel acri, uel amaro, salso uel succo foret; alij quæ
austero, aut tenaci, aut adstringēdi, uel refrigeran-
di, uel egregie quidē humectandū uim obtinente,
aut quæ uenenis participes extitissent. Ipse em non
nullos inspexi ab esu fungorū protinus interfisse:
alios ab esu cicutæ, aut ferulæ: ex hisq; ægre ppau-
cos mortis periculo liberatos. Cunctis ergo homi-
nibus cōsiderate & cum ratione uiuentibus, illud
erat perspicuū, quæ scilicet ratione exteriores ulce-
rationes multifariā se habent, (multiplices quidē
diuersæq; sunt tumorū species: alius nāq; phleg-
monodes: alius erysipelatodes: alius præ durtie
scirrholes: alius cedematodes effici) eadē ratio-
ne eiusdē generis affectiones nonnullis in profun-
dis partibus quas principales dicimus fieri etiam
posse. Sed illi duntaxat perperā sentiunt, errantq;
qui ab Hippocratis doctrina quæ de humorib. ha-
betur, discrepāt. Audent enim cuilibet rei potius
q; ipsis humoribus causas assignare. Veruntamen
horū nonnulli mihi clam retulerunt, se quidē aper-
tissime agnoscere, q; contentiose & altercandi stu-
dio Hippocrati aduersant, censentq; humores ad
secundā uel aduersam ualeitudinē neq; boni neq;
mali quicquā asferre. Sed eos pudet etate iam con-
fectos, quinquaginta post annos, in Hippocratis
sententiā descendere, eamq; approbare & sequi.
Nāq; hoc pacto (ut aiunt) nō ijs tantū qui ab il-
lis eruditi instructiq; sunt: sed ijs quoq; qui illorū
consuetudine operaq; usi sunt, obfuisse uiderent.
Adde q; à plerisq; ceu uera dogmata professi, ho-
nore afficiunt: quæ si prauitatis plena, & nō recta
esse faterent, longe alijs imperitiores haberentur,
nemoq; in posterū, ut antea, illorū operā studiūq;
requireret. his ergo, ut ratio postulat, ignoscēdum
à nobis est: neq; horum propositū damnādum, sed
unā ipsi etiā infelicitatē eiusmodi doleamus, cum
prius q; de ijs quæ didicissent ferre iudicium pos-
sint, in pessimos præceptores inciderint: iterum il-
li odio digni, qui primū honoris & gloriæ cupidi-
tate impulsū sectas dogmatū instituerunt. neq; em
inuiti errant, sed sponte hominibus imponere stu-
dent, qui cum illis familiaris uersant: cum nemo
eodē dementiæ deuenerit, ut nesciat quā malū sit hu-
mores corporis in uenenosas qualitates conuerti.

Tom. 2

e 2

Nāq;

Namque illi quorum causa hec scribimus, difficile, uel A
omnino fieri non posse arbitrantur, ut haustu leta-
lium uenenorum pericites, fecerni dignoscique ab ijs
possint, qui ab aliqua corporis affectione pericre.
Neque enim (quod plane perspicimus) inficias ie-
rit quisquam, ob humorē scilicet quem uenenata ani-
mantia in istam particulam infligunt, uel illam ce-
leriter uita priuari, uel in putredinē labi, uel dolo-
ribus uehementissimis, aut phlegmone urgeri, nec
non scorpionē ieiuni hominis sputo bis terue asper-
sum protinus interire. Nam sicuti naturae quaedam
cum alijs quoque naturis cōueniunt, sic altera quo-
que alteri aduersatur, eamque corrumpit. Ab ijs er-
go alimur quae naturae nostrae accommodata sunt: quae
illi aduersant, nos quidem ad perniciē ducunt. Sed
de his copiosius in libris de naturalibus facultati-
bus, deque simplicibus medicamentis diximus. cæ-
terum ad praesentis operis cognitionem, ea tantum
referre sit satis quae ipse sterilitate annonae obserua-
ui. Quod si mihi fidē adhibere uoueris, nulla qui-
dem causa ad mentindū impulsio, sed aegre admo-
dum ferenti, quod plerique falsissima scribant, quae lon-
go sunt experimento ad hunc usque uitae diem a me
cognita, deos quoque ad haec testes implorās, recen-
sebo. Pater meus geometriae, architectoniae, astro-
nomiae, arithmeticae, logisticae studijs plurimum ua-
luit; maximaeque omnibus quibus erat notus, ob ip-
sius iustitiam, modestiam, bonitatem ut quibus ex phi-
losophis, admirationi fuit. Is cum puer ipse adhuc
essem, eam mihi uictus rationem instituit, ut nullis
per id tempus obnoxius morbis uixim. Vbi ue-
ro adolescentiam sum ingressus, ille in agrum, rei
rusticae studiosus concessit, ego uero doctrinae stu-
dijs ardentius quam ceteri cōdiscipuli die noctueque
operam dabam. Sed cum per totum id tempus,
quod oporan uocant, horaeis, hoc est temporarijs
uel fugacibus fructibus unā cum aequalibus meis
uberius usus essem, adueniente autumnō, acuto
morbo correptus sum, uenaeque incidere opus fuit.
Cumque ergo in urbem Pater reuerteretur, ad me
obiurgandū se conuertit, eiusque generis uictus ad-
monuit, quo eodem suadente, usus antea fueram,
utque ab illo in posterum minime discederem, uita-
remque sodalium incontinentiū cōsuetudinem pra-
cepit: Tum sequenti etiā anno operā curamque ad-
hibuit ut sobrie uiuerē, atque horaeos fructus cum
moderatione gustarē. Atque ita in eo anno qui erat
aetatis meae duodeuicesimus, incolumis uixi. Sed
cum altero deinde anno Pater excessisset ē uita,
ipseque unā cum eiusdem aetatis amicis oporae fru-
ctus ad satietatē sumerem, in aegritudinē superio-
ri consimilē incidi, ut tūc quoque sanguinis missio-
ne opus esset. Deinde uero uel singulis annis, uel
alternis nonnunquam, ad octauū usque & uicesimū an-
num morbo aliquo laborabā. Cumque tūc tempo-
ris periculū esset, ne ea pars mihi, qua iecur septo
transuerso annexū est, abscessu corripere, ab esu
horaeorum omnium mihi penitus abstinendū propo-
sui, exceptis ficibus uiuisque omnino maturis, quas
neque intemperanter ut antea, sed cum moderatio-

ne sumebam. Quam sanē uictus rationē, cum qui-
dam ex sodalibus, natu me duobus annis maior cō-
probaret. curam ambo adhibuimus, ut exercere-
mur, cruditatesque omnino uitaremus, ob idque ad
hanc usque diem multos iam annos incolumes ui-
ximus. Reliqui uero ex amicis, qui me hortante
exercitatione usi sunt, moderatēque cibum sumpse-
runt, recte omnes semper ualent, sed alij quidam a
quinto iam & uicesimo, alij ab aliquanto paucio-
ribus annis, ut cuique scilicet persuasum est, horaeos
fructus, cibosque alios mali succi uitari oportere.
De quibus in hoc opere a nobis agendū est. Siquis
ergo poterit ante cibū exerceri, haud sanē exquisi-
tis admodū cibis utatur. Cui uero negotia & oc-
cupationes impedimēto sunt, non modo huic pro-
bato innoxioque uictui, sed salubribus quoque medi-
camentis opus est. Plerique enim in eo uitae genere
constituti sunt, ut cum neque ante cibū probe exer-
ceri, atque aptis temporibus cibum sumere, neque effi-
cere idoneā concoctionē ualeant, quin morbo ali-
quo afficiantur, fieri non possit, nisi per quaedam tem-
porum interualla alui defectiones praeparēt. Egēt
quoque interdū ualidiori uacuatione, opportunaque
sanguinis missione. Quaedam praeterea salubria me-
dicamina accommodatis temporibus sumenda sunt.
His ergo in primis hanc uictus rationē, ex qua pro-
batissimus sanguis gigni possit, describimus, qui
quiete uitā agunt, neque ad fores potentissimorum ci-
uium ante lucem accedere, aut necessarijs occupa-
tionibus adstricti, ubi nimium sudarint inalgere, itaque
nonnullis dum lauantur assistere, eosdemque domū
reuerterētes deducere, atque etiam celerrime, ubi ipsi
lauacris usi sunt, ad coenam sese recipere cogunt.
Post haec enitendū a nobis est, ut quaedam his etiam
praeccepta tradantur, qui inquietā, ac negotijs dedi-
tam uitā agūt. Quae in re meminisse opus est, quae
tribus cōmentarijs de alimentorum facultate scri-
psimus. Cibi itaque probati succi sunt, ex frumenta-
ceorum genere, Panes mundissimi, probeque con-
fecti, adhibita prius maceratione, debitaque fermen-
tatione, addito etiam sale, & in clibano decocti,
mox furnacei. Alica uero, sicuti & Suilla caro, si
exacte in uentriculo concoquantur, tum in sangui-
nem a iocinore conuertantur, probatissimos humo-
res gignunt, sed glutinosi aliquid in se habent, ob
idque in ijs iecur obstruunt, & renes, quibus haec a
natura adstrictos meatus habent. Horum quoque
usus uberius in supradictis particulis, uel grauita-
tem, uel dolorē nonnunquam facit. Adde quod iocinoris
obstructiones concoctū cibum in diuersas corpo-
ris partes reddi prohibent (id anadosin Graeci uo-
cant.) Quin etiam in uenis quae per cauas ipsius
partes, uel per mesaraion sitae sunt, redundans hu-
mor periculū affert, ne uel putredinē cōtrahat, uel
ex ipsa particula in quibus congeritur, phlegmo-
ne laedatur. Necesse est enim crudos crassosque hu-
mores, uel cōcoqui uertique in sanguinē, uel in pu-
tredinē labi, non secus ac quae calidis in locis diu-
tius manserint. Quamobrem inuenta a medicis me-
dicamenta sunt quae salubria appellantur, tenuan-
di sci-

scilicet uim habentia. Ea namq; adstrictos meatus A obstructionibus liberant, ac siquid lenti humoris infixum uasis hærēsque fuerit, abstergunt, crassasque humiditates attenuant ac dissēcāt. Quod si ijs quilibet uberior utatur, ea uel serosum, uel biliosum, uel melancholicū procedente tēpore efficiunt sanguinem. Namq; eius generis medicamenta ut prope dixerim omnia, nō modo tenuādi incidendiq; facultatem habēt, sed immodice etiam calefaciendi, ob idq; & solida exiccat membra, crassumq; humorē reddūt, quo in renib. assō calculi gignuntur. Optima itaq; corporis constitutio quæ temperatissima est, meatus per quos humor fertur, patentiores habet. ac fieri quidē potest, ut corpus eiusmodi bene semper se habeat, dummodo quātum sit satis, ante cibū exerceatur, præcipueq; ubi crassus succi cibos liberalius assumpsit, qualis alica (ut diximus) habetur, & Suilla caro, Panisq; furnaceus, aut in clibano minus probe decoctus, neque ea cura & diligentia confectus, quā paulo ante recensuimus. Tragus ex frumētacci generis alimentis eiusdem cum alica naturæ est, uerum ægrius in uentriculi concoctione q̄ alica ipsa conficitur. Ad hæc quoq; propē accedunt Oorum uires, naturaq; de quibus non secus ac de lacte multa distincte dicenda sunt, quæ accurate nobis in operis progressu paulo post referentur. Sed quemadmodum prius formulam quasi quandam alimentorum descriptissimus, q̄ boni maliq; & glutinosi succi sunt: sic eorum quoq; à nobis mentio facienda est, quæ quodā quasi examinato modo se habēt, mediāq; naturaliter inter crassā ac tenuis materiæ cibaria sunt. Quæ alibi etiam in libro de extenuante uictu diximus. Sed plura ex his quæ tenuis materiæ sunt, medicamina potius, q̄ alimenta à nōnullis appellantur: at quæ glutinosos crassosq; humores gignunt, si probe in uentriculo concoquant, bonūq; in iocinore sanguinem efficiant, maxima ad nutriendum efficacia sunt. Cibi autem nulla omnino ex parte dānandi, neq; tenues, neq; crassi sunt, sed ueluti in symmetria, omnisq; excessus mediocritate consistunt. Eius generis Panes optimi habentur, quorum confectiōē libro de facultate alimentorum primo scripsimus: præterea ex Gallinaceo genere feminae quidē & mares: ex Auib. phasianis, perdices, atragenes, columbæ, merulæ, turdi, turtures, passercoli omnes: Pisces item saxatiles, pelagici, littorales, gobij, murenæ, buglossi, aselli, & simpliciter pisces omnes, qui neq; insuauē, neq; mali odoris, neq; glutinosum quicquā gustu repræsentent. Sed ad horum naturā explicandam multa quidē distincte dicenda essent, quæ ubi de mali succi cibis mentio à nobis fiet, enarrabimus. Sed quædā prius addēda quæ defunt. Quisquis enim exercitatione multa uti, somnoq; ad satietatem potest, eamq; sibi uitæ rationem delegit, quæ publicis negocijs forēsiq; labore minime impeditur, is sane crassi lētīq; succi cibis uestigi potest, ac tum præcipue cum horum usus frequentior par ti hypocondriorū dexteræ nihil uel grauitatis uel

Galen.

tensionis afferat: cui autem ætas, aut consuetudo obstat, quin exerceri ante cibum possit, eius generis uictu quem diximus, omnino abstinere; qui intertem penitus, et ociosam uitam agit, eius modi etiam cibos uitet, sed uel suspensus agitetur, uel de ambulatione ualidioris exercitationis loco utat. Ad sanitatem enim tuendam, si corpora moderate exercētur, mirum in modum prodest: at contra quies & ocium diuturnū maximo illis nocumēto est. Neq; enim morbo quicquā corriperetur, si accurate obseruaret, ne in cruditates incideret, aut uehementer post cibum exerceretur. Nam sicuti bonæ ualitudini ante cibū exercitatio maximum affert cōmodum, sic qualiscunq; sumpto cibo motus noxius admodum est. Alimentū enim ex uentre ante cōcoctionem in diuersas corporis partes distribuitur. proptereaq; crudi humoris copia per uenas aggeritur, quæ multiplices morbos affert, nisi aut multis laboribus is humor dissoluatur, aut à iocinoris uenarūq; facultate concoctus uersusq; in sanguinem fuerit. Quare qui tuendę tantum sanitati, non sicuti gymnasticæ dediti bonæ habitudini studēt, ijs tenacis maliq; succi cibos uitare tutissimū est. Deinceps ergo quæ hactenus de crassi succi cibarijs dicta à nobis non sunt, recensentur, rursusq; à Pane ipso ordiamur. Is em̄ si quod fermenti & salis sit satis minime in se habet, parumq; maceratus, neq; quā deceat in clibano cocturam adeptus fuerit, crassum quidē succum nonnihil in se tenacis habentē gignit, quē Praxagoræ ac Philotimi sectatores glutinosum dicere soliti sunt. Causa uero omnis crassi, uetus mali etiam succi est, recēs uero succi prauitate caret. Crassities autem cū lentore non in omni est caseo, cum lactis ex quo gignitur, tum animalū, tum pabuli uarietate non paruum discrimen sit. Caprini lactis usus frequens apud nos est, apud alios bubuli, sæpe etiam & ouillo utuntur, sed crassitie in se habet, atq; idcirco alio nino est cōtrarium, bubulum pingue. Caprinum inter cætera lactis genera moderate se habet, cum nondum admodum pingue crassumq; sit, ob idq; medium quoq; esse censetur, quod in corporibus nostris præstat. Lac enim quod serosum est ac tenue, minus nutrit, aliuū magis deijcit: contrā crassius aliuū minus deijcit, magisq; nutrit. Constat enim lac omne ex triplici dissimiliq; substantia, prima quidē serosa & tenui, altera crassa et ad caseum faciundum accommodata, tertia oleosa et pingui. Quæ sanē non itidem animantia omnia præstant. Nam camelinum asininumq; serosi humoris plus habet, plus casei ouillum, plus pinguitudinis bubulum. Capellę uero inter cætera animantium genera mediocritatem adeptæ sunt, rursusq; inter se inuicemq; collatæ alio quā diximus modo differre uidentur. Neq; enim harum parua discrimina sunt, ab ætate, à passionibus, ab anni tempore, ab eo ipso spatio quo à partu ædito distant. Quæ abunde tertio de facultate alimentorum libro diximus. Nunc uero id tantum referre sit satis, caprinum lac sine melle sumptū periculosum esse. Plez

Tom. 2

c 3 risque

risque enim qui purum illud hauserunt, coactum est in uentriculo, in speciem casei: quod quidem quum accidit, mirum est quam aggrauet hominem, ac strangulet. Maiori quoque admirationi est, cum in cuiuspiam uulnus, uel in uentrem, intestinumue aliquod sanguis in grumos compactus defluerit. Namque is frigore exoluitur, ac penè exanimatur, pulsusque immittitur, & male se habet. Quin & huiusmodi sanguis sese in uulnera insinuans facit, ut partes illi proximæ protinus putredine contrahant. Sed cur is humor inter omnes alios corporibus nostris accommodatissimus ubi frigefactus est, huiusmodi pathemata inuehat, non parum certe inuestigationem requirit. Ex his enim planè perspicuum est, quantam uitiosi succi qualitates uim habeant, quas sanè tanquam parui momenti, quidam nostræ huius ætatis medici aspernantur: eosque sequuntur, qui ita sentiendum esse primum commentisunt. Eam ob causam lac ubi sunt nonnulli, ne in uentriculo coaguletur, mellis, aquæ, & salis nonnihil admiscunt. Ad bonos autem humores gignendos ex ijs animantibus, lac probatissimum habetur, quæ bono corporis habitu sunt: idque ubi emulsi fuerit, statim hauriatur. Abundantius uero coctum satis crassum succum præstat, præcipueque si uel farinam triticeam, uel milium, uel amyli cum eo decoxeris. Causæ omnis crassius, uetus mali etiam succi est, recens uero et modo coctus deijciendæ alui gratia ante cibum cum melle sumitur, succique minus quam uetus crassus est, nunquam autem mali. At quod ex lactis concretionibus defluit serum, aluum egregie mouet. Quæ ex lacte & caseo placenta coëscitur, crassi succi alimoniam præstat, proptereaque iocinoris meatus obstruit. Eadem ratione quæ ex similagine & lacte ubi lagani aut rhyematis quicquid admixtum sit: tum quæ ex similagine, uel domino ex triticea farina & musto conficiuntur, prauis succi omnia sunt. Quinetiam ipsa per se lagana rhyemataque & bellaria omnia quæ ex tritico confecta sunt, & fermentatio ne carent, ac tum potissimum ubi nonnihil casei in se habent, succi sunt crassioris. sed mea quidem sententia quæ à nobis modo lagana ac rhyemata appellantur, ueteres cõmuni appellatione Itria dixere. Cochleæ crassi succi cõsentur: itemque Oua quæ uel elixa, uel tosta, penitus densata sint, trixa uero mali succi, fumosaque in stomacho cocturæ sunt, secum etiam admixtos cibos corruptentis. Quapropter inter deterrimas earum rei uim habentur, quæ cõcoqui nequeunt. Mediocriter uero cocta, quæ ideo tremula appellantur, ad concoctionem, digestionem, nutritionem, bonique succi generationem præstantiora: sicuti & quæ sorbilia dicimus, si modum in coctura adhibueris, ad leniendas gutturis asperitates idonea sunt, cum liquidum adhuc coactum densatumque non sit. In Aquatilibus uero quæ mollia dicunt: uidelicet Lolligines, Sepiæ, Polypi, aliaque eius generis, crasso tenacique succo sunt: necnon ex piscibus quæ cetacei generis habentur, cuiusmodi sunt Thynni. Sed Pelamides

ex his magis ad mediocritatem tendunt. Ostreae ite, Buccinæ, Purpuræ crassi admodum succi sunt, ac simpliciter quæ Aristoteles Ostreoderma, hoc est dura testa interfecta uocat. Chamæ, Patellæ, Perdines, Pinnae, & alia eiusdem generis: quorum Purpuræ, & Buccinæ duriori sunt carne, & succi crassioris: sed caro in alijs, præcipueque in Ostreis & humidiore, & tenacior est. Quorum omnium succum scire debes, non secus ac serum lactis, aluum deijcere: at solidiores ipsarum partes, serius ob crassitatem concoqui, crudumque & crassum & frigidum humorem gignere. Eadem quoque & Brassicæ, & Lenti euident potestas est: multisque alijs, sed minore efficacia. His de rebus, tribus de facultate alimentorum commentarijs uberius scripsimus. Reliqua ergo ex his omnibus, quæ crassi succi esse diximus, exceptis Purpuris Buccinisque, & glutinosa & tenacia sunt. Brassicæ ac Lentis non eandem cum glutinosis antedictis succi naturam sortitæ sunt, sed earum succus nitrosus, & deijciendæ alui efficax est, sicuti Dracunculi acerrimus & amarissimus. Vtrumque etiã Aron præstat, sed minus efficaciter. Bulbi austero amaroque succo sunt, ex ijsque lotis, & sæpius iterata coctura quicquid superest crassi succi habetur. sed Fungi inter huius generis cibos frigidissimo, tenacissimo, & crasso succo sunt: à Boleis tãtum neminem interijisse memoriam proditum est: sed hæc ubi cõcoqui nequiuertint, choleram in nonnullis excitant. Ab esu ceterorum fungorum alij mortui sunt, alij proxime ad mortem accesserunt, strangulationis periculo, uel alui fluoribus, aut cholera laborantes. Tuber leniter crassi, non mali succi est, huius generis Amyli habetur, nec mali, sed succi crassioris est. Itidè Nux pinea quæ ueteres Strobilon dixere, se habet. In his quæ crassi succi censentur, Iecur, Renes, Testes annumerandi sunt: uerum Iecur mali succi non est: Renes, Testesque non boni, his tamen exceptis qui ex gallinæ cis habentur, præcipueque ex saginatis, itemque suillo iocinore, si quando id animal caricis nutritur, quod propterea Sycton quasi ficibus altum uocant. Lien ex ceteris animantibus satis uitiosus succi est, et melancholicus, suillus uero minus nocet. Cordis substantia durior, ac fibris magis scætet quam quæ habet in alijs uisceribus: in his enim inter uascula, quædam concreti sanguinis substantia apparet: in corde fibræ multæ solidæ & longæ, non secus atque in musculis spectant, in quibus carnosæ substantia circūdensatur, atque ea de causa nonnulli ipsum cor in musculorum genere locandum putant, ex quorum substantia tota nostri corporis moles conficitur, tum quicquid proprie caro appellatur, esturque ex uictimis. Sed musculorum initia quæ Capita uocant, neruosiore quoquo modo sunt, in earumque capita ex ossibus ligamenta initium ortumque habentia disperguntur. In fine musculi Tendones oriuntur: eamque ob causam extreme utrinque illorum partes neruosiore: sicuti & mediæ carnosæ sunt, & uberrime nutriunt, hæc quidè partes ab omnibus Carnes appellantur, cum ipsarum fibras præ tenuitate minime

minime intueantur, quæ ex ligamētis neruisq; in hanc ipsam carnosam substantiam dispersis constant. Sed hæc cū iam iā ab illis caro prænomine-
tur, non sine causa extremas ipsius duntaxat partes Musculum dicunt. Verum aliter res habet, nā totus musculus proprijs quibusdā liniamētis circumscriptus seicūctusq; ab alijs cernitur, obitq; functionem unā quæ est ex motibus uoluntarijs, hoc eū nomine eius generis motus ab his distinguendos putant, qui naturales & uoluntatis expertes sunt. Partes musculi quæ diximus discrimina recipiunt. In extremis animantium partibus caro inest paucissima, ossiuse & neruosa sunt, non nerui illius causa, qui uoluntario motu fungit (Nanq; is in huiusmodi partibus exiguus est) sed ligamentalis, & eius quem ueteres Græci Tendonem, Aponeurosin quasi enervationem, medici recēiores uocant. Hæc sanē elixa tenaci satis lentore & glutinosa sunt, eamq; ob causam simile etiam corpori alimentum præbent. Eandem quoq; naturam fortitæ sunt pedestrium animantium partes, quæ penes labia sitæ sunt. Lentum enim non crassum humorem gignūt, indicioq; est coctura, cum plurimum ibi tumoris concipiant, relaxenturq;. Cōmode hæc concoquuntur, itemq; Ale uolatilium communi quadam cum corporibus se exercentibus ratione, nanq; hæc omnia excrementis carēt: quæ uero in ocio degunt, excrementosa sunt. Suilla cutis præpinguis ubi probe elixa sit glutinosum pinguedinemq; in se habentem, non satis qui dem crassum succum præstat, neq; ueluti extreme partes concoctionem admittit, neq; bonum succū sed excrementosiores gignit. Cerebrum quoq; pars crassi succi est, & quæ dorso excipitur Medulla. Sunt quoq; Glandulæ eiusdē naturæ, sed mediocriter, nec non iuuenum uiscerum Testes. Illud autem in cunctis animantibus communiter meminisse debes, scilicet seniorum, duras, siccas, & concoctū difficiles esse; at contra iuniorum, humidas, molles, atque idcirco commodius concoqui, his tamen exceptis, quæ ubi in lucem editæ sunt, protinus in cibo sumuntur. Nanque omnes eiusmodi mucosæ sunt, ac præcipue quæ suapte natura humidiori sint carne, ut Agni, & Sues; uerū Hædi, & Vituli, ut qui natura sunt sicciores, multo melius concoquuntur, nutriuntq;. Similiter ergo Glandulæ, Testesq; se habent; atq; etiam Lingua, cuius ferè natura glandulosa est. Quæ in Mammis glandulæ habentur, si lac in se continet, Vbera appellantur; crassique succi edulia sunt. Quod si animal ex quo sumuntur, boni habitus fuerit, & abunde nutritum, & bonum succum efficiunt. Quod sanē cum commune quoddam sit, satis id quidem semel audire: ut mox facile tibi in mentem redeat. Lac ergo, ut medici omnes literis tradiderunt, succi habetur probatissimū. Quapropter nonnulli pulmonis ulceribus affectos potione tantū lactis curari putant, antea scilicet quam ea ipsa ulcera ampliuntur, callosaq; fiant. Sed præ ceteris lac Muliebre, tanq; nature eiusdē, nobisq;

accommodatum, ab alijs medicis, præcipueq; ab Heridoto & Euriphone celebratur, ubera quidē more infantium illorum iudicio ab ita affectis surgenda sunt. Lac enim simulatq; est emulctum, naturæ bonitatis nonnihil amittit, ex quo constat planē inter cibaria omnia lac optimi succi & horum in primis, et aliorum quoq; medicorū iudicio censeari. Sed quod diximus non in his tantum cibis, uerum in alijs quoq; permultis communiter obseruari oportere, iam recensendum est: lac uidelicet ex ijs animantibus quæ boni habitus fuerint, boni succi; ex ijs uero quæ deprauato, non secus ac sanguis qui in illis habetur, mali succi esse. Neq; enim lac bonū succum præstabit unquam, cū totum corpus uiciatos humores habuerit, proptereaq; lac ex animantibus quæ boni sint habitus (ut diximus) ad bonos humores gignēdos probatissimum est. Idem Glandulæ ipsæ tū lac in se habentes, tum aliæ quoq; salubrium animantium præstāt. Itidē Iecur, Testesq; se habent; Hæc enim ijs animantibus sumpta, quorū deprauati humores fuerint, bonum succū efficere non queunt, uel eorū quæ iam cōsenuerunt: nullū enim ex ijs boni succi est. sed quæcunq; adhuc lactantia sunt, si matris lac probatum fuerit, eorū iecur boni succi est, & ceteræ etiam partes bene se habent. Qualem uero alia animantium membra humore gignant, paulo post à nobis dicetur. Nunc autem is sermo (ut ratio postulat) quem de crassi succi cibarijs prius inchoauimus, absoluat, quæ quidem cū pauca sint, à nobis recenscantur, distinguentes uidelicet ex ijs tū qui malum, tum qui bonum succum efficiant, mox reliqua explicanda sunt. Vfus eū præsentis operis ad id pertinet, quod scilicet bonos humores gignere, malos autē uitare possimus. Cūq; sicut initio huius tractationis exposuimus, cibi qui crassi succi sunt, corporis perpirationem difficilem reddant; in eoq; ac præcipue in iocinore & renibus nonnullas obstructions faciant; propterea ab eorum esu cōtinuo, & si boni succi habeantur, meo iudicio abstinendum. At si qui mali succi sint, seu tenues, seu crassos humores gignant, penitus uitandi, fieri autē potest, ut hi duntaxat, qui uehementer exercentur, uisceraq; à natura deprauate cōstituta nō habeant; crassi glutinosiq; succi cibis uestantur, ijsq; minime ledantur. Est ergo ex crassi succi cibis utraq; Balanorum species, & quernæ uidelicet, & fructus etiā φοινικῶν, hoc est Palmarū. Græci palmas earūq; itidē fructus Phœniceas uocāt, ex his uero, quas quercus ferūt, Castaneæ quæ & Castana appellant, gratæ sunt homini & suauis. eas tū urbani, tū alij quoq; per Asiam, Sardiānas, & Leucenas uocant à locis ipsis in quibus uberius oriūtur. Quā igitur ob causam Sardiānæ dicātur, planē patet. Sed Leucenæ à loco quodā Idæ montis, quæ plurali numero ut Thebas appellant, nomen sumpserunt. Eius itaq; generis glandes uel assæ uel elixæ ab omnibus sumunt. Sed quæ figura oblonga sunt, & similes palmulis ad fues potiusq; homines nutriēdos idoneæ, nisi

ε 4 quilibetiana

quisplam ingēti necessitate oppressus (ut in extre-
ma uictus inopia accidit) edere illas cogat. Ilignae
uero Glandes (quas Graeci Acylos dicunt) durae
sunt & acerbae, & propterea insuauis, & si ex ipse
elixae sumantur. Nam & ægre concoctionem ad-
mittunt, crassumque succum reddunt, eamque ob cau-
sam uitandae sunt. Quod autem adstringētis suc-
ci discrimina quaedam sint secundū plus minusue
perspicuum est: in austers enim adstringendi qua-
litas remissa est: in acerbis intensa. sed quāto Acy-
li inter ceteras glandes ualentiores adstringēdi po-
testate sunt, tanto hac in re ab ipsis glandibus Ca-
staneae superantur. In his enim astringendi facul-
tas ualde imbecillis est, quamuis æque ac reliquae
glandes inter crassi succi cibos annumerentur, cō-
modius tamen cōcoquantur, ac nullatenus prauū
succū, & adstringēdæ aluo minore efficacia sunt.
Sed harū usu uberiore abstinendum, non ea tantū
de causa, quod sicuti multa quae diximus, crassi succi
habeant: sed quod ægre cōcoqui, aluumque adstringe-
re, & inflationes excitare possint. Palmarū fructus
(Graeci omnes quēadmodū diximus tū palmas tū
ipsarū fructus eodem uocabulo Phoenicas appel-
lant) dulcis succi sunt, & adstringendi etiam facul-
tatē habentis, hos medici quidam recentiores cō-
posito nomine Phanicobalanos uocant, idque apud
ueteres Graecos in usu non est: namque illi hos
fructus *φοινικῶν βαλάνους*, hoc est palmarum bala-
nos, non phoenicas, seu phenicobalanos dicunt.
Nunc autem de nominibus distincte differere nō
propositi operis est: sed ad eius generis homines
pertinet, qui in ocio uitam agunt: eosque potissimū
qui ueterem Atticorum linguam didicerunt: sed
quae ad sanitatem faciunt, ea hominibus necessa-
ria sunt. Cum eius generis uictu quem ratio bonae
ualetudinis postulat, uti omnes nequeat, uel quia
negocijs dediti, uel quia intemperanter uiuant, uel
quae tuendae sanitatis causa agenda essent, igno-
rent, illorū duntaxat studio praefens opus aggres-
si sumus, qui salubris uictus rationem agnoscunt,
ad eamque sese accommodare studēt. Inter Acylos
& Quernas Glandes, Castaneasque in ipsis parti-
culatim arboribus, non magnū fructus discrimē
recipit, at in Palmis non leuiter differt. Namque Ae-
gyptia palmula dura, siccaque & austera, si cum ea
conferatur, quam Graeci Pateton dicunt, quaeque
& satis dulcedinis & imbecilles adstringēdi uires
habet, natura inter se contrarias esse arbitreris.
Aliae uero inter has medię censentur, ut quae plus
minusue austeritatis aut dulcedinis habeant. Ha-
rum succus & crassitiem habet, ac facile iterum ob-
struit, quodque scire ac meminisse expedit, dulces
cibi crassique succi iocinoris ac lienis obstructions
faciunt, tū inchoantē iam in uisceribus phlegmo-
nen satis augēt: inflationesque, & scirrosa uitia, nec
non abscessuum generationes (ut liquido patet)
proritant. Sed haec forsitan a salubri uictu cuius
pars in hoc opere scribitur, remotiora sunt. Rur-
sus ergo ad rem reuertamur, de quibus cibarijs aga-
mus, quorū succus tum crassitiem, tū lentorē in se

habet. Ex his enim alia crasso duntaxat succo sunt,
ut Lenticulae, lento alia, ut Maluae, nonnulla utrum-
que sortita sunt, ut quae Mollia ab Aristotele &
Dura testa intacta appellantur. Nostris autē cor-
poribus alimentū accommodatissimū est, quod ex
his rebus conficit, quae nec crassi, nec tenacis suc-
ci sunt. Haec enim moderatae consistentiae sanguine
gignunt. Quod uero tenue admodum est, uitiū in
se habet, siquidē parum nutrit, quaeque eo cibo nu-
triant corpora, & gracilia & imbecilla reddunt.
Ad bonā itaque ualetudinē eiusmodi cibi accommoda-
tissimi censentur, qui mediā quandā naturā in-
ter ea quae diximus, habent, quique non nimis tena-
ces glutinosique sunt. In his quoque uitiū inest, qui
omnino friabiles habent, ut qui paucissimū in se le-
torē habeant, Panis enim ex Panico Miliōue cōfe-
ctus, dū estur, arenidū quoddā, uel quasi cinerē sa-
pit. Eapropter cum Etnos similiter ac Lecythos,
ex antedictis cōfeceris, pinguis, lentiorque in se ha-
bētia illis admiscēda sunt. Haec enim agricolae indi-
to uel oleo, uel suillo caprinōue adipe, uel ouillo
bubulōue lacte in cibo sumunt. Etnos a nobis ap-
pellat, quod ex fribus leguminibus chedropisque cōfi-
cit: at Lecythos, cū haec ipsa moliant, eorundemque
farinā adipe aliquo admisto in aqua decoxeris. Si
uero cibaria per se nonnulla inspexeris anteaque uel
elixae, uel tosta, uel frixa, uel tantūmodo madesa-
cta propriā praeparationem adepta sint, terrestria
duraque apparent: elixae uero, aut humore madida,
mollia reddunt. huiusmodi est, ex frumentaceorū
genere, Hordeū, ac Triticū: ex arboreis fructibus
Nux pinea. Ad id ergo mentē quoque adhibere de-
bes, ut non modo cū in exterarum regiones peruene-
ris, uerū etiam apud nos, siquid tibi insuetū eden-
dū est, eius prius naturā non elixi, sed aqua dunta-
xat madesacti experire, uel id tibi elixādū, assan-
dūue est. Nam quae ex seminibus aut omnino ex
fructibus intumescent, ueteremque protinus siccita-
tē duritiemque deponunt, mollioraque & humidiora
redduntur, praestantiora: quae uero minime tumēt,
pristinamque duritiem retinēt, deteriora sunt. Haec
enim & terrestri substantia sunt, aegreque concoquan-
tur, atque ut, & in uentre perficiantur digeranturque,
& in iocinore ac uenis in sanguinē cōuertant, ua-
lentibus corporis facultatibus opus est. Quae sanē
ambae actiones in imbecillis corporibus haud pro-
spere succedūt, proptereaque succus ex cibis eius ge-
neris crudus reddit, ex quo multiplices morbi gi-
gnunt. Sed quoniam singulae fructuum species maxi-
me inter se differunt, id animaduertendū est, ut si-
qui tibi in cibo sumendi sunt, madesacti prius,
interdūque etiā praecoquēdi, ut cuiusmodi naturae
fuerint, certissimū experimentū assequaris. Quā-
obrem Pater meus harū rerū diligens studiosusque,
cū Amygdalas hoc pacto expertus esset, Nucleosque
Iuglades Auellanasque quas Pōricas, & a tenui pu-
tamine Leptocarya appellant, idemque in olerū ge-
nere, atque itē in Fabis, Cicerculis, Pisiss, nec nō Lu-
pinis, Ochris, Dolichisque tētaisset, haec scilicet om-
nia uel madesactis, uel praecoquē, quantū deinde
tumoris

tumoris cōciperent, agnoscebat. De Pīfana autē A quidnā recēseri a nobis debet. Iā pueris planē patet, q̄ quā celeriter turget, probatissima, quē post multū temporis parū intumuit, uitiosa est. Nanq̄ illa liquat, & in cremorē uertitur, hęc difficulter liquefcit, ac duritiē retinet, cremorēq̄ paucissimū pręstat. Quin & cerealīa quādā semina dum coquunt, nequaq̄ tument; sed hęc a priscis quibusdam medicis quia percoqui nō possunt, Aterāna nuncupātur. Quāobrē Pater meus & eo quo paulo ante diximus modo, & copia etiā farinā Tritici experiebatur. Nā quod pręstantius, plus quidē quod deterius est, minus farinā reddit. Quā igitur dicturus sum ne arbitreris minime ad rē pertinere, siquidē quod cōmuniter habet de cūctis seminibus fructibusq̄; qui reponi possunt, id ab eodē Patre & a me etiā diu exploratū, longōq̄ experimento cōprobatum est. Sed iam patet eos fructus cōmode meo iudicio asseruari, qui priusq̄ marcescant, exiccant; idq̄ nonnulli sustinere non queunt, ut Mora, Pepones, Melo pepones. Adde etiā Persica & alia eiusdē generis. Hęc em̄ putrescunt priusq̄ arefiant. Nonnulli Cucurbitas in tenues offas dissectas arefcere sinūt. * Fungi etiā cū siccari nequeāt, uitū in se habere maxime indicant. Nempe de seruādīs Prunis quid scribēdum est? Nemo est em̄ qui nesciat, ea non modo apud Damascenos Iberosq̄; sed apud nos quoq̄ seruari. Quare paucissimos fructus deprehēdes, qui sic cari non possint, pręter quos diximus Pepones, Melo pepones, Armeniaca, Persica, & quā a Romanis Pręcocia appellantur. Ficus etiā siccatae duranti; ac Cucumeres ut Cucurbitę reponūtur; sed hęc in usum hyemis asseruata eadē quoq̄ ratione explorāda sunt. Nā quā aqua madorē penitus hauserint, uel adhibita coctura, uel secus, inter cetera cōsimilis generis pręstantissima sunt. Qui bus uero accidit, ut multo tēporis spatio non admodum intumescāt, uitiosa cēsentur. Quō fit, ut cibi qui illico in tumorē crefcūt, & natura meliores habeantur, neq̄ aptius tantū cōcoqui possint, uerū quoq̄ ad bonos humores gignendos (cuius rei indagandę hęc omnia scribimus) sint pręstantiores. Nihil enim in cibarijs om̄ibus ad boni succi generationē tam pertinet q̄; si probe in uentriculo concoquantur. Nanq̄ hęc & alterā & tertiā concoctionē facilius admittunt, sed secūda cōcoctio (ut planē nosti) in iocinore & uenis, tertia in singulis quā nutriūtur partibus perficitur, cuius quidem gratia duę illę priores expetuntur. Nam quā nutrienda sunt, nutriente secundū qualitātē mutato, & ad eius quod nutritur naturā assimilato, nutriuntur. Pręparata autē pręcociaq̄ cōmodius q̄ quā concocta nō fuerint, transmutantur; ad inuicē enim concoctiones succedunt; nā quicquid uentriculus concoxit, ad iecur transit, ab illo ad nutriendas partes transmittitur. Cūctis ergo corporis partibus iecur alimentū pręparat; illi uētriculus; huic os; ori quędam uel iurulenta, uel assa, uel frixa, uel tantummodo madefacta; sed his

omnibus gubernatrix natura fructiferas plantas pręparat. Nonnulla etiā ab ea ipsa gignuntur, quā nec elixanda, nec assanda, nec madefaciēda, nec aliter pręparanda sunt. Sed hęc ut omnibus quā edendo sunt cōmunia, in uniuersum nouisse oportet. Nunc uero quā iam omisimus, particula tim attingamus. om̄ia autē sunt ex animalū particulis, Ventriculi, Vuluę, Intestina, Aures, atq̄ etiam Caudę, nec non cerealium seminū & plantarū quas Horęas uocant, atq̄ olerum quoq̄ per multa. Ventriculi ergo Vuluę Intestina duriori quā caro substantia constant; quoq̄ ea duriora sunt, eo etiā concoctu difficiliora, nec adeo boni succi; minoreq̄ ad nutriendum q̄; caro ipsa efficacia sunt. Sed Caudę sunt his quoq̄ duriores; reliqua uero in ipsis quā ad concoctionē & nutritionē spectant, duritici proportionē respōdent, hoc tamen excepto, quod motionis causa minime excrementosa sunt. Cum his uolatilium Colla similitudinem quandam habent. Ventrīculus ex pedestrium & uolatilium genere maxime differt. Nanq̄ ex uolatilibus crassus durusq̄ est, & cōcoctu difficilis, at si cōcoquatur uberrime nutrit. gallinę & anseris pręstantissimus est; Ceterę uero anserinę partes alis exceptis, & durę & excrementosa sunt, nec facile concoctionem admittūt. Ex grandibus struthis (quos modo Struthocamelos uocāt) mēbra omnia dura excrementosa, & cōcoctu etiam difficilia. Aurium cartilago & sicca est, & minime nutrit; Earum cutis exterior tenuis aridaq̄, ægre item concoquitur, & paucissimi nutrimenti est. Oculi a paucis eduntur. Constāt enim ex dissimili substantia. Ex his nanq̄ Tunicae aliam naturam sortitę sunt, aliam Musculi, aliam quod a crystalli ac uitri similitudine Crystalloides ac Hyaloïdes dicitur. Inter hęc Musculi tantū facillime concoquantur. Ex animatibus quorū natura ad bonos humores gignēdos aptissima est, Sues mediocris iam atatis habentur; qui enim ad summum creuerint, hominibus uigētis atatis, seq̄ exercētibus; qui uero adhuc increfcunt, ijs quorum ætas inclinat idonei sunt. Caro ex porcellis paruulis excrementis scatet. Quare ex pedestribus animantibus Suilla caro probatissimus cibus est, deinde Hædina, mox Vitulina. Agnina uero humida, tū lentorem muccoremq̄ in se habere censetur. a ceteris pedestris generis meo iudicio abstineat, quisquis boni succi generationi animum curamq̄ intendit. Quā sane quonam pacto secundū speciem differant, libro tertio de facultate alimentorū docuimus. Ex seminibus cerealib. Pīfana quā probe cocta sit, cibus optimus existimatur, bonumq̄ succum gignit. Indicat quoq̄ hic sermo Hordeū itidem optimum esse oportere. Nam si huiusmodi non est, nunquam congruam cocturam admittit. eamq̄ ob causam madefacta non admodum intumescit, nec in cremorem liquatur. Sed de Pīfana copiosius a nobis dictū est in libris de facultatibus alimentorū, deq̄ morbis curandis, atq̄ in ijs commentarijs quos ad eum librum interpretandum qui de

qui de uictus ratione in acutis morbis habet, scripsimus. Nunc autē caput hoc quo utimur ad præfens opus, explicasse sit satis. Pīfanā scilicet probe confectā ex cibarijs omnibus omni prorsus noxa uacare, prodesseque tum ad sanitatē, tum ad bonos quoque humores gignendos. Minus hæc nutrit quæ Panis: de quo primo de facultate alimentorū uolumine diximus. Fœnogræcū non boni succi est, si quis eo liberalius utatur. Pīfanā uero & si quotidie ad satietatē sumpseris, non idcirco boni succi generationē impedies. Idem quoque de fabis dicere, nisi inflationes parerent, neque enim mali succi sunt, aut obstructions faciunt, quæ duo in salubri uictu præcipua sunt. Hæc autem sibi ipsæ uendicant, cum abstergerendi qualitatē uimque sicuti Hordeū obtineant. Pisum exterendi quidem uim non æque habet ac Faba, sed inflatione caret. Lentescit (ut ferē omnibus notū est) & uitiosus succi, & melancholici sunt, ipsique in multis affectibus medicamenti loco persæpe utimur, sed hæc modo recensenda non sunt. Ochri præterea ac Dolichi his que diximus deteriores, ac cicerculis meliores habentur. Post hordeū Olyra annumeranda est, post hæc Typha: panico quod a priscis nonnullis Meline etiam nominatur, penitus abstineas. Huic Milium consimilis generis est, sed minus malum. Cicer egregie nutrit, sed nec boni succi est, & inflat non minus quam faba, semenque auget ac ueneris desiderium. Lupinus non mali, sed crassi succi est, proptereaque (ut iam patet) probe nutrit. Cætera autē legumina ad bonos humores gignendos recensere non attinet, neque enim ea edunt homines, nisi fame & rerū inopia cogantur. hæcenus ergo de his. De fructibus deinceps agendum est. Namque quos arbores ferūt, omnes ferē (ut ita dixerim) mali succi sunt, his tamen exceptis Balanis, quas Castaneas uocāt, quæ si in uentriculo concoquantur, efficiaciter nutriūt, atque eæ crassi quidē, nunquā autē mali succi sunt, sed inter reliquos fructus, qui à tepestiuitate præcipua horæ appellantur, humore uitiosum gignunt, ac si forte in uentriculo corrumuntur, similes fere letalibus uenenis fiunt, sicuti in Moris contingit, quæ & si Persicis & Prunis sunt moderatiora, cum tamen corrumuntur, non minus in se habet uitij quam illa. Sed Ficus Vuæque per id tēpus, quod Græci proprie oporan uocant, di-

cuti Nucibus autē sumptæ cibi probatissimi sunt, atque idem cum Amygdalis, sed cum his obstructionis aperiendæ & abstergerendi gratia sumuntur, neque ita bonū succum præstant, nutriuntque, ut cum miscentur cum nucibus, cum quibus ad omnia habentur præstantiores. Quin & nonnulli de letalium uenenorū cōpositione scribentes, Caricas cum Ruta Nucibusque præsumptas, uenenis eiusmodi uniuersis aduersari testantur. Reliqui arborū fructus mali succi sunt, ipsique potissimum quos syluestres plantæ & frutices ferunt, sicuti de his uberius secundo de facultate alimentorum uolumine diximus. Sed Malis, Piris, Punicis, & Mespilis, non alimentorum, sed medicamentorum loco utimur, ad stomachi uidelicet uētrisque firmitatē & robur. Inter fructus quoque Cucumeres, Pepones, Melopepones connumerantur, quorū nullus boni succi est. Quod si celeriter perfici digeri, non possint, in succum fere letalibus uenenis similē uertuntur. Cucurbita duntaxat ex huiusmodi fructibus damnanda non est, si tamen in uentriculo corumpatur, ipsa etiam malum succum gignit. Mora itidem si cito perficiantur, & priusquam corrumuntur, transierint, innoxia sunt, nisi ipsi quispiam liberalius utantur. Atque hæc de horæ fructibus omnibus scire ac meminisse oportet. Ex oleraceis nihil est, quod bonum succum præstat. Lactuca enim in his quæ boni mali, succi sunt, mediocriter se habet. Post illam Malua habetur. Post hæc Portulaca, Atriplex, Blitum, Rumex. Sed Lactuca agrestis, Chondrilla, Scandix, Gingidiū, Seris, Cichoriū, aliæque ex oleraceis agrestibus omnia uitiosissimi succi sunt. Radices autē olerum acrimonia in se habentiū, ut Allij, Capæ, Porri, Raphani, & agrestis Pastinacæ, malū succū gignunt, sed Ari, Carique radix, & Rapi, quod Buniada etiā, id est Napum appellant, in ijs quæ boni prauique succi sunt, media habetur. Præterea Aues, Piscesque ferē (ut ita dicā) omnes boni succi censentur, exceptis lacustribus, palustribus, & qui in immundis fluminibus ac turbidis degunt, minus enim natationibus se exercēt, uitiatoque aere, & prauo uictus genere utuntur, præsertim si in aquas illas, urbium alui cuius amplissimæ, latrinarū, balnearū, culinarūque loturæ & purgamenta defluant, aut si in ijs & uerites & alia eiusdem generis abluantur. Caro enim animantium, quæ uiuunt in aquis eiusmodi, earumque potissimum, quæ ibidem duntaxat immorantur, deterrima est. Quæ uero in meliores aquas se transferunt, ipsæ sunt deteriores, quæ puro ex mari uictu capiunt. Sed ferē animantes omnes, quæ in ea maris parte uersantur, quæ dulci se aque non immiscet, innoxie sunt, ut Pelagice, Saxatiles, quæ tum ad bonos humores gignendos, tum etiam ad gustus ipsius uoluptatem ceteris multo sunt præstantiores. harum itaque frequens usus tutissimus est. Nonnullæ præterea sunt, quæ duplici ex humore uiuunt, tum marino tum dulci, ut Lupi, Capitones, Cancrī, Gobij, Murene, Anguille. Quare in ijs primū quærendum est, ubinam sint capte: deinde id

inde id olfactu & gustu experiundum. Nam quæ deprauiatis aquis nutriuntur, & malis odoribus & insuauibus, mucosæque sunt, cumque longe sint alijs pinguioribus, citissime emarcescunt. Sed quæ puro ex mari uictu petunt, & boni odoribus sunt, gustuque suaues, pinguedinis autem uel nihil omnino, uel paucissimam in se habent, diutiusque à putredine illarum durant, præsertim si niue circumdatae sint. Ad hunc enim modum quæ duriores fuerint, præstantiores euadunt: cum caro ipsarum reddatur friabilior, uti & caro Aselli, & eorum quæ in saxis degunt. Nam quod in his naturaliter inest, id ea quæ duræ sunt carnis à niue sumperunt. Quamobrem Capitonum caro puro in mari degentium, ab his qui uictiatis in aquis uiuunt, diuersissima est. Similiter Gobij, Lupi que habent, idque in alijs quoque in his quæ sunt dicta, clarius patet. Murenæ enim ex aquis eiusmodi pessimæ: Anguillæ namque boni succi sunt, tæti si puro in humore uersentur, nedum in eo qui urbiu sordes & purgamenta in se recipit. Secundum quoque locorum passionibus, pisces & meliores et deteriores fiunt: idque odore gustuque facile explorabis, quæadmodum ex Mullis, ij quidem peiores sunt qui carcinnadas pascunt, reliqui uero duriores sunt carne, non modo que saxatiles asellique, sed etiam que capitones, que lupi, & cæteri pelagici: proptereaque difficilius concoquuntur, sed efficacius nutriunt, malique succi nihil in se habent. Sed de his quæ ad nutriendum pertinent, tribus de facultate alimentorum commentarijs exactius disseruimus. Quos sane qui salubribus cibis peruestigandis studet, minime negligere debet, neque etiam omnino opus illud quod ad tuendam sanitatem spectat, cuius pars quædam ipse ipsi commentarij sunt. Scripsimus quoque & alium librum de extenuante uictu, illi scilicet opposito, qui crassæ materie est, sperare quidem ualetudinis studiosis apprimè utile: sed illud in primis hac in re memoria tibi tenendum censeo, eum scilicet neque auxiliorum, neque salubrium ciborum exactam notitiam consecutum, qui materierum uires accuratissime nouerit, nisi corporum quoque naturas, quorum causa cibi expetunt, agnoscat. Ex his enim nonnulla densa sunt, & quæ perspirare non possunt: laxa nonnulla, & quæ facile inaniuntur: eaque ob causam humidiores illa egent alimentis, hæc sicciores. Alia item glutinosius, alia tenacius: parcius alia, alia uberius alimentum exigunt. Similiter quibus sanguis est admodum melancholicus, humidi calidique cibi dandi sunt: quibus uero biliosior, frigidi: uerum ubi pituitosus existit, cibis tunc opus est qui calefaciendi siccique uires habeat: præterea qui probato multum sanguine abundarint, parcius nutriendi, eorum in uictu nulli euidentes uires insint, sed mediæ materie existat, ut neque egregie calefaciendi, refrigerandi, humectandi, siccique facultatem obtineat, eadem ratione neque crassius aut tenuius, neque lentius aut aridius, uel (quod lento opponitur) friabilis sit. Ariditas enim in duris ualdeque siccis rebus, id autem quod est friabile, in mollibus mediisque inter humida siccaque inuenitur. Communem tamen utriusque est ut tenaci letore omnino careat.

Is ergo qui recte alimentis usus est, scire in primis debet, quæ nam sint in hominum cute laxitatis densitatisque discrimina, deinde quale sit totius corporis, postea singularum partium temperamentum, idque an illarum proprium seruent. Interdum enim caput plus iusto calidius, uentriculus frigidior est: saepe etiam contra, hic quidem calidior, illud frigidius. Item dem quoque accidit in alijs partibus. Quæ sane in libris de morbis curandis, deque tuenda sanitate pariter inuestigauimus. Sed quod ad alimenta spectat, id ante omnia querendum, ac potissimum considerandum est, quoniam uidelicet modo commodissime concoquantur. mox ut concoctus humor qui in diuersas corporis partes fert, illarum partium temperamento accommodatus sit. Quamobrem ut recte quispiam uti alimentis possit, necessaria cognita sunt quæ de temperamentis scripsimus. Quia in re cum sis ipse abunde uersatus, quod reliquum adhuc est, ac necessarium ad earum rerum notitiam expetere, quæ bonos malosue humores gignunt, adiungam, à uinis scilicet initio sumpto. Ex his enim que aquosa tenuique substantia sunt, urinam mouent, & paucissimi sunt nutrimenti. Crassa uero, ut Theracum & Scybelites, non leuiter quidem nutriunt. In ipsis quoque discrimen est plus minusue, crassitudinis proportionem. Huius generis uinum habetur, quod Aegæ apud nos ac Perperina ferunt, quarum hæc Pergamo, illa Myrrhinæ finitime sunt. Scybelites nec non Theracum absolutæ dulcedinis est: Ciliciu austera dulcesque simul, quod etiam à locis in quibus nascitur, Albates appellatur: sed quæ Aegæ ac Perperinæ proueniunt, media inter hæc sunt. neque enim exquisitæ dulcedinem, nec notabiles adstringendi uires, sicuti Cilicium, in se habent: neque hæc omnia sunt. Nulla enim uina inuenies crassa pariter ac dulcia quæ nigra non sint. Cum itaque mustum ex albilissimis uinis coxeris, & quod firax uocatur, hoc est sapam, coxeris (id apud nos hepsema appellatur) nigrum æque ac Theracum colorem referet. ita etiam Caryinum se habet quod dulce est, itaque Theracum: sed tamen hoc nec colore adeo nigro, & minore dulcedine est, quam Caryinum. Alba uina haudquaquam dulcia sunt, sed alia austera & crassa, alia aquosa ac tenuia. Ex flauis autem rutilisque, nonnulla mediocriter dulcia sunt, sicuti Hippodamatiu, Faustianu, Falernu: nonnulla omnino dulcedine carent. Sunt autem his rubra crassiora. Et ex rubris, quæ proxima colore ipso nigris sunt. Nutriunt autem hæc omnia crassitudinis proportionem: eaque ob causam, qui indigent refectione, ut dulce uinum potent, suadendi sunt, ac tum præcipue cum horum iecur, lienque, & renes uitio careant. Verum cui crassus humor per uenas redudat, tenuis substantie uinum: cui frigidus, acre & uetustum: cui non frigidus, quod neque acre neque uetustum sit, accommodatum est. Ad bonos autem humores gignendos, odorum præstantius, sed tamen caput tentat. Tenuis ciendarum urina magis idoneum, capiti nullam infert noxam. Vitanda quæ crassa simul, malique odoribus, gustuque non grata & austera sunt, quale est Byciu, grandioribus uidelicet testibus non paruis conditum. Quod enim sumitur ex his quæ

his quæ parua sunt, nec grauiter olet, nec insua-
ue, nec crassum admodum est, neq; item cū acer-
bo sapore astringendi uim habet: id nec boni nec
mali succi est, sed horū mediū censetur. Ex uinis
probatissimi succi Falernū habetur, potissimūq;
id quod dulcius. Eiusdem quoq; generis Tmol-
ites existimatur, rutilum scilicet ac dulce. Nanq;
aliud ex hac ipsa specie & austerum est, neq; eque
atq; illud bonū succū præstat, sicuti & alia omnia
quæ egregie austera sunt, quamuis laxum stoma-
chum ac uentrem firment, ac tum præcipue, cum
calida intemperie affecti sunt, hac enim de causa,
atq; etiā ad alui fluctiones sistēdas austeris utimur
uinis: præterea ad nullos alios usus ea accommodare
solemus. Nā nec alimēti ipsius digestionī, nec san-
guinis confectioni, nec bonis gignendi humorib.
nec facile reddendæ urinæ, nec eliciendis sudori-
bus, nec aluo deiciendæ quicq; cōmodi alimen-
tiq; afferunt. Sed non enitendū nobis nunc est, ut
bonitates omnes, uitiaq; uinorum recensamus,
quæq; potissimū pro morborū qualitate differūt.
Quod ergo presentis nostri est operis & instituti,
iterū sumamus, & per breuia quidē capita expli-
cemus. Corporibus itaq; intēperie uel naturalī,
uel quoquo modo aduentitia biliosis, nec Faler-
num uinū, nec Tmolites rutilum scilicet dulceq;
nec Ariusium, nec Lesbium odorū rutilumq; &
antedictis simile, idoneum est. Cūcta enim huius
generis uina calida sunt: proptereaq; nec biliosis,
nimioq; estu, & ardore, fameq; aut mœrore uexa-
tis, nec itē ubi anni tēpus, regio, tēpestasq; calida
existat, danda sunt. Cōtra uero utiliter ijs dantur
qui calefaciendi sunt, utpote pituitosis frigidisq;
tēperamentis, crudiq; humoris copia refertis, tū
ijs qui frigidis in locis ociosius uiuunt. Dantur
quoq; in hyeme, frigidāq; & humida tempestate.
His itaq; omnibus rutilum dulceq; uinū accōmo-
datum est. Contrarium uero ijs qui contrario mo-
do se habent, atq; id quidem, nō quod uitiosos hu-
mores gignat, sed quod eos qui refrigerādi essent,
calefaciat, capitisq; dolores & febres facile infe-
rat, neruosq; nōnunq; lædat. Ex rutilis autē illud
quod mediocriter dulce est, (nullum enim ex his
dulcissimū, sed paulo dulcius, et nigrius inuenies)
nō reque ac rutila ipsa calfaciēdi uim habet. Non
ergo ab re capiti neruiscq; innoxium est, nec more
eorū quæ diximus, febres excitat. Quod autē cras-
sa uina dulciaq; aluū deiciant, nemini ferē ignotū
est, sicuti multū: quod tamerī ægre cōcoquatur,
crassumq; succū, & inflationes faciat, aluum tamē
mouet, idq; boni duntaxat in se habet, quod si in-
terdum efficere non potest, mirū in modū nocet.
Inest autē cōmuniter uinis omnibus (his tamen
exceptis quæ nimis crassa dulciaq; sunt, quale est
Theracum & Scybelites) ut longo tēporis spatio
flauo colore perfundantur, quiddamq; igni simi-
le coruscans præferat. E nigris uina qualia apud
nos gignit Perperina, uetustate in rubrū, gilūq;
prius, deinde in flauum colorem transeunt. Albū
quoq; quale est Bithynum Aminæum, quod ubi

inueterauit, Romani Cecubum uocant, cuiusmo-
di fuerit generis, haud planē agnoscas. habet enī
amaritiē quandā qua potui minus idoneū reddi-
tur, id tamen caupones cū recentioribus uinis ad-
miserent, eaq; pro uetustis uendunt, atq; ita nō nul-
los fallunt, qui in degustandis uinis non omnem
notitiam habent. Vitanda ergo quæ nimis uetu-
sta sunt, nimisue recentia. nanq; illa præter modū,
hæc nullatenus donec recētia fuerint, calefaciūt.
quæ ut aliquem usum cibis concoquendis affe-
rant tantū abest, ut ipsæ sint difficilis cōcoctio
nis. Præterea nec cōmode per aluum transeunt,
nec digeruntur, nec urinā mouent, nec sanguinis
confectioni, nutritioniq; idonea sunt. Sæpe etiā
(ut aqua) in uentre suspensa remanent, ut si paulo
amplius ex ijs hauseris, facillime coacescant. Sed
ex recentibus uinis genus illud dūtaxat tutō cū-
bitur, quod tenuis substantiæ est, sicuti ex Italicis
Gauranū, Albanum, & ex Sabinis Thufcisq; nō
nulla, ea enim non in uniuersum omnia eiusmodi
sunt. Aminæum quoq; quod in eo colle nascitur,
qui Neapoli imminet, cito ut bibatur idoneū red-
ditur, quale est apud nos in Asia Tibinum, Arsyi-
num, ac præterea etiā Titacazēnū. Sed hæc ex-
pli gratia à nobis sunt posita. Nanq; ego uina hu-
ius generis apud omnes ferē nationes inueni, ue-
rū non ita facile ea nouerunt externi, duabus de
causis, uel q; non ita multum uspiā abundant, uel
quod longam nō ferant nauigationē, proptereaq;
à mercatoribus in exteras uehi prouincias nō pos-
sint. Huius autem generis uina facile dignoscun-
tur, primū tenuitate, deinde cādore, quibus cum
aqua potissimū quandā similitudinē habent. Gu-
stu enim aquosum quidpiam sapiunt, nullasq; ad-
stringendi ualentiores uires habent, neq; uberior
dilui patiuntur, unde à priscis medicis q; parum a-
quæ ferant, dicta sunt oligophora. & quæadmodū
rutila uina, cum calida potestate sunt, replent pro-
tinus caput, sic quæ diximus, non modo capiti pe-
nitius innoxia sunt, sed etiā leues eos dolores nō-
nunq; tollunt, qui ab humoribus in utrículo col-
lectis solent provenire. Neq; enim caput tantum
modo tunc dolet, cū proprijs quibuscūq; uexatur
affectionibus, uerū quoq; cū halitus uaporq; ex de-
prauatis uentriculi humoribus eō ascendit. Huic
dolori leue, & parū aquæ ferēs uinum, quodq; exi-
guam adstringēdi uim habeat, epotum succurrit.
Quæ uero omnino sunt exinanita, cuiusmodi a-
pud nos Tibinū est, & ex Italicis Sabina nōnul-
la, tanto his deteriora sunt, quæ leniter adstringūt,
quanto sunt aquis præstantiora. Quin & aquæ po-
tio uitium præcipue in se habentis nonnullis ca-
pitis dolores infert. Nam & ipsa corrumpitur, &
naturale robur exoluit, quod fit ut ubi uentriculū
inualidum reddidit, in cauas eius partes ex reli-
quo corpore sanies quædam biliosa defluere con-
sueuerit, more eorū quos inedia premit: quibus sa-
nē offensis noxisq; dictum uinum sui tēperamen-
ti ratioe hominē actutū liberat, ac paulo post ubi
uentriculū firmauerit, quæ illi noxia sunt, ad infe-
riores

riores partes desert. His ergo qui natura aut aetate calido admodum sunt temperamento, aquae potius longe accommodatior uino. Quod utique si necessarium interdum adhibendum est, sit quidem tenue, & leuiter austerum. Ea etiam ratione esculenta poculentaque omnia non unicuique simpliciter sunt idonea, sed distinguere ad utentium naturas, aptarique debent. Vina quidem si distinxerint (ut diximus) species ipsorum a nobis considerentur maxime; reliqua uero non admodum inter se differunt. Nuncque enim uel Lenticulam uel brassicam humectantis naturae esse deprehendes, sed minore altera ad succandam efficaciam, cum humectandi potestate nulla. Ex Capis item, Porris, Allijsque nulla sunt quae refrigerandi uim habeant, sed plus minusue calefaciunt, neque agrestis Lactuca, Atriplex, Blitum, Portulaca, calefaciendi facultatem habent, in his tamen plus minusue non magnam differenciam recipit, at in uinis quod uetustissimum est, & Cecubum, ut diximus, a Romanis appellatur, adeo ab albo simulque austeritate habere, nec non recente crassoque differt, ut illud efficacissime calefaciat, sensibilis hoc refrigerandi uim habeat. Mellis quoque non parua differentia habetur. nam quod uiriatum est, tanquam mali odoris, gustusque aliam qualitatem admittit referens, mel quidem dici non debet. Synceri & uitio careris mellis discrimina haec sunt, plus minusue dulcedinis & acrimoniae in se habere. Dulcissimum acerrimumque eximia aestimationis est: sed cuiuslibet generis mel calefaciendi uires habet, sumptumque a calidis corporibus facile in bilem conuertitur, idque in omni melle communiter inest: propterea pituitosis admodum naturis, aetateque & senio confectis, utiliter datur, frigidis quoque morbis accommodatum est. Acetum mulsum sanitatis tuendae gratia aetatibus naturisque omnibus utilissimum, siquidem obstructions omnes discutit, adstrictosque meatus ita aperit, ut nulla in parte crassi glutinosique humores deprehendantur. ea propter eius generis medicamina, quae medici salubria uocant, renuandi omnia in se potestate habent, tutioraque ad bonam tuendam ualitudinem censentur, quam quae crassiores humores reddunt, sed bonam habitudinem roburque efficere non possunt. Quin & nonnulli incertam potius & non tutam sanitatem expectant, dummodo bonam corporis habitudinem assequantur, quam gracili semper & imbecillo corpore firmissima sanitate frui: sed ex his qui bonam habitudinis ac roboris sanitati studet, alij suismet corporibus uacant, alij eam sibi proponunt uitam, quae uel militiae, uel ciuilibus occupationibus dedita est, noctuque exurgere, totaque die necessarijs rebus inseruire cogunt. Sed ex his qui poterit ante balnea exerceatur, quodque gymnastice apotheraeuticon, quasi recuratorium dixeris uocant, adhibeat. Sed plerique negotijs impliciti hoc nequeunt: propterea fieri non potest, ut bene semper se habeant, & si modeste sobrietate cibum sumant. Qui uero quoad possunt, quae ad bonam tuendam ualitudinem agenda sunt, non omittunt, raro morbis corripiuntur. Ab his ergo uberius nutriendis cibis cras-

Galen.

fosque humores gignens, necessario sumendus est, sed cum moderatione quadam, eo praesertim tempore, cum euident illos necessitas cogit: at omnino in posterum mediae materiae cibis, nec parcius uidelicet, nec copiosius nutrientibus utantur. Vitanda penitus quae uitiosi succi sunt, praeterquam aestate, cum languentium corporum siccitati & calori succurrendum est: his enim hoc ipso tempore Mala, Pruna, Cerasa, Moraque idonea sunt, item Cucumeres, Pepones, Melopepones, sed parcius his uti debemus. Dantur quoque Praecocia, Persica, & quae a Romanis Melce dicitur, refrigerata tamen, nec non spuma lactis quae a Graecis Aphrogala nominatur, atque etiam cibaria ex lacte confecta, quale est, quod Argyrotophema appellant. Ficus item frigidam & cucurbitam ita affectis accommodatae sunt. Sed moderatus uir ac prudens, in aestuosos quos diximus laboribus, alium adhibebit modum, ad refrigerandam humectandamque corporis siccitatem. Ex balneis namque rediens, epota prius aqua, mox uino mediocriter aquoso, ipsique per uomitionem reiectis, Lactucam edat, quae innoxia est, simulque refrigerandi uires habet: sumat post ea suillos Pedes bene decoctos ex aceto & garo, itemque Alas gallinae uel anseris, & eiusdem etiam Ventriculorum, nec non Pisces nonnullos frigos ex his qui molli sunt carne: danda item ex oleribus quae mali succi non sunt, sicuti Malua, Cucurbita: uinum postea ubi frigida aqua ualde dilutum sit: potest. Ante id tamen aliquid, uel ex Salfamentis, Quisque tremulis, uel ex Piscibus ex oleo & garo sumi potest. Sed melius (ut dictum a nobis est) calori siccitatique corporis gelida aqua succurritur: uitandaque semper mali succi cibaria sunt. Idem quoque frigida Alica praestat ex mulso uidelicet uinoque frigida sumpta, malique succi nihil in se habet. Sed mihi sapientius similes aestus & calores perpeffo Ptifanae cremor bene refrigeratus, satis fuit, per id scilicet tempus, quo quispiam commode (ut modo dixi) frigida aqua usus est. Sed alter alteri refrigerantis cibi potusque sit modus. Nam nonnulli cum niue uti soliti sint, ea ipsa refrigerantur, alij aqua fontana, cum hac etiam utantur, quibus niue minime opus est: sit quoque dilutum uinum praefrigeratum, (sic enim eius generis uinum a medicis appellatur, quod uase exceptum, tum in gelidissimam aquam iniectum prius refrigeratur.) Sed haec illis praeccepta traduntur, qui in eo uitae genere uersantur, quae assidujs occupationibus impeditur, ut qui regendis populis & administrandae reipublicae praesunt, horumque potissimum satellites & ministri. Idem quoque se habent, tum quos bellicus labor exercet, tum quos uiarum & itineris longitudo fatigat. Qui uero huiusmodi negotijs uacui soluti sunt, si exercitatione uti solent, quam rarissime frigido egent potu. Qui minime exercentur, summa aestate cum uehementi calore urgentur, fontis aquam bibant, niuisque usum uident. haec enim quauis protinus nullam iuuenum corporibus sensibilem laesionem inferat, sensim tamen occulteque crescente uitio cum iam aetate pro-

Tom. 2

f gressu

gressu temporis inclinari, articulos, nervosq; & viscera ipsi morbis uexat, qui uel difficulter admodum, uel omnino tolli non possunt, neq; id quidem temere. namq; ea pars corporis quæ natura imbecillissima est, a lædente quolibet patitur. Quod autem uitiosi humores, morbiq; gignantur, cruditas assidua maxime in causa est, siue ea ex boni siue ex mali succi oriatur cibus. Sed id euidenter palamq; est, eam scilicet cruditatem longe alijs deterioriorem esse, quam uitiosi succi cibaria effecerunt. Quæ cum duplici modo se habeant, si tenui quidem succum reddunt, acutos morbos cum maleficis quoq; febribus inuehant, succorumq; uitio in unam contaxat particulam decumbente, tunc erysipelata, herpes, aliaq; affectiones calidæ o-

riuntur. Si uero crassum succum efficiunt, articu-
lorum, & renum uitia (Græci arthritidas & nephritidas uocant) podagræ, anhelationes, tum lienis iocinorisq; scitrosi affectus gignantur. At quibus malus corporis humor melancholicus fuerit, cancri, lepræ, scabies, quartanæ febres, nec non atre bilis, cutisq; uitiatas & ater color, cum lienis itidem tumore fient. Horumq; permultis ex hoc ipso humore nigri uarices, & hæmorrhoides accedunt. Sed ex multis humoribus mista affectiones proueniunt, ut herpes, & phagedænia ulcera, atq; item malefica omnia quæ Cacoethæ appellant, & eius generis acutæ febres, quæ denuo ad tempus reuertantur.

CL. GALENI IN LIBRVM DE SALVBRI DIAETA COM-

MENTARIVS.

HERMANNO CRVSERIO CAMPENSI INTERPRETE.

V

Nus hic liber peculiare
habet titulum, ut totius
præsentis libri pars pri-
ma, ubi de natura huma-
na sermo habetur. Nam
in illo, quod receperat,
præstitit omnibusq; nume-
ris absoluit. Et hic quæ
instituit, toto opere tra-

dit. Vnde uniuersus liber, exceptis illis q̄ his duobus libris interposita sunt, conuenientem sibi inscriptionem sortitus est, quidam de Natura humana, & Diæta fecerunt. Atq; ut est prorsus liber de humana natura inculpatas, omnino autem quæ inter duo hæc uolumina irreperunt, reprobata; item liber de salubri diæta, ferè caret uitio, ubique cū Hippocratica elementorum institutione coniuncta; sunt tamen eius loca, cæterū admodum pauca, quæ non absunt à uitio. At esto, quod multis probatum est, Polybi.

Idiotæ hac debent diæta uiuere.

Ecquos idiotas appellat, huius libri interpretes, in quæ quidem incidi commentaria, præterierunt; nec unq; ex præceptoribus meis, cum librū prælegerent, quasiui. Nunc quando commentarium in ipsum statui scribere, male prætermis-
sum à meis præceptorib; iuxta atq; interpretibus quos
nam dicit idiotas, animaduerti. Nempe enim hoc in confesso est, quam infra diætā tradit, hanc Polybiū non omnibus hominibus, sed solis præscripsisse idiotis. Atqui hoc libro si solis priuatis consu-
luit, parū recte interpretes libri indistincte acceperunt, quasi ad omnes in cōmuni homines sit habitus sermo. Inuenimus enim idiotas à Græcis appellari non simpliciter, sed in relatione ad aliquid. Nam; nunc esse huius idiotæ artis aiunt; illū illius

exercitij. Est cū hos opponant illis, qui genti aut oppido præsumt, aut omnino publicū aliquod munus obeunt; itaq; qui ueluti priuatā uitam agunt, idiotas hos, id est, priuatos appellant. Equidē cū mecū cōsiderarem, ecquos de his Polybus uocat hoc loco idiotas, Athletas illū existimaui à cæteris hominibus aperte separare; quandoquidem uenam illi diætā in pane constitutam, & carniū esu habent. Ab his, qui militant, aut peregrinantur, aut etiā pugnant, quibus non est delectus habendus, quibus cibus uesci, aut non oporteat. His enim uti cogitur quisq; quorū datur facultas. Preterea, qui quoquo modo festinanter faciunt iter, nequeūt ullo modo, ut dicat Polybus, rationem habere uictus. Et breuiter, quicunq; negocijs publicis distinentur, aut uitā degunt quā uocat *σπαστικήν*. Quare ad hos solos, qui sibi uiuunt, quos priuatos uocant, diætā, quam tradet, spectat.

Hyeme præ cæteris plurimum comedendum, bibendum quam parcissime. Et potus esse uinum debet quam meracissimum: cibus, panis: obsonia, assa omnia. Oleribus hac temperate præter cæteras paucissimis utendū: nam hac potissimū ratione corpus calidū & siccū fit.

Summa totius narrationis cōmemorata, recte ad finē orationis adscripsit, qua de causa singula, quæ dicta sunt, præscribat. Etenim calfacere corpus & siccare instituit, adductus tēporis immoderato tēperamento. Quod si moderatū fuisset, ut uere est, moderatā seruare diætā mandasset; conseruanda siquidē moderata sunt: quæ modum excedūt, immutanda. Iam mutatio non nisi ex cōtrarijs fiat immoderatis. Nam quod ultra modū corpus, aut iā est calfactū, aut calsit, refrigerari quærit. Quod uero est refrigeratum, uel refrigeratur, calferi. Si
miff

militatione in immoderata humiditate & siccitate morbiferas excellentias contrarijs admouēdis repellere oportet. Ac cōtrariam immoderationē applicare debemus, quæ hætenus à tergo mediū & mediocre relinquat, quatenus ab illo recessit morbifera. Quocirca bruma, quia temperamento est frigido & humido, conducit quamplurimum cibi sumere; bibere autem omnium parcissimè. Plurimum hic non ad facultatem referes, sed ad cætera tēpora. Idem bibere omnium parcissimè, compones cum reliquis temporibus. Eodem est modo dictum, esse uinum meracissimū debere, præ eius alijs temporibus mitione. Veruntamen ad uiriū modum, præsentemq; usum, moderaberis uinum & cibum offerēdum: sic etiam somnū, gymnasia, & in summa, quæcunq; à medicis exercitia appellantur. Nam uinum quidem meracissimum, & assas carnes calfacere simul & exiccare, si cum maza & oleribus conferantur, quis est qui ignorat? Et panem item præ maza calfacere dixeris & siccare. Atq; hæc quidem authorē attulisse ueluti exēpla duces. Tu porro legumina deliges, quæ calfaciunt & exiccāt, ut lenticulam. Præterea de oleribus, quæ hac sunt facultate prædita, ut brassicam; sic ex carnibus, quæ syluestrium sunt animantium, & sale conditæ. Sed & mihi quoq; hæc sunt pro exemplis dicta. Nam solida per se alimētorū sylua tribus commentarijs, qui de facultate alimētorum inscripti sunt, constat. Itaq; quæ admodum recte sunt hæc de cibis in qualitatibus deligendis & uitandis dicta, sic quæ de modo tradidit. Nam cibi, præut alijs temporibus, plurimū hyeme concedemus, memores probe in Aphorismis esse dictum: Aestate & autumnō cibos difficillime ferunt; hyeme facillime; secundum locum uer tenet. Quod sicui, quæ de re hæc fiant, cognoscere cordi sit, docuit & hoc in Aphorismis, his uerbis: Ventres hyeme & uere calidissimi sunt, quod aer id temporis frigidus intrō arceat densando, & in penetrabilibus corporis concludat naturalem calorem, qui aestate per spirationē digeritur. At respiratione aer attrahitur calidus. Respirationē uoco, cū spiritus intrō & foras per os fertur. Per spirationem, quæ per totum corpus perinde fit,

At Vere ineunte, amplius potandum & dilutius est, ac paulatim. Sunt præterea sumendi molliores cibi, paucioresq; atq; panis subtrahendus, mazaq; exhibenda, tum obsonia eadem ratione. Iam etiā assa elixis cōmutanda, ac oleribus iam in uere paucis utendū, dum astatem homo attigerit, tū cibis omnibus utendū mollioribus, obsonijs elixis, olerib. iuxta & crudis & elixis, poculis multo dilutissimis & plurimis, & ut ne magna mutatio sit subito utēti.

Ampliores dixit, & dilutiores, non plurimū, & dilutissimum uere potum esse offerendum. Nā plurimum & dilutissimum aestate iubet, quæ con-

Galen.

trarium hyemi temperamētum habet, bibere. At uer ut medio est inter extrema temperamento, ita mediam requirit dietam, frigidiorē illam quidē & humidiorē, ratione hyemis, calidiorē & sicciorē, astatis ratione. Proinde ex his planū est, quomodo quam tradidit seruandam aestate & autumno dietam, interpretari debeamus. Quare id quidem mihi prætereundum est. & lectoribus sæpius seduloq; attendentibus dicta omnia clare sunt, ut hætenus quæ habita sunt, nullum desiderēt interpretem.

Aestate maza molli nutriri, & potu diluto simulq; multo, tum obsonijs omnibus elixis oportet. Atque his ita, ubi sit astat, uti debemus, quo frigidum sit & molle corpus. Siquidem tēpestas calida est & sicca, corporaq; reddit & adusta & squalida. Quare his rationibus obuiādum est. Eodem modo, ut ex hyeme in uer, ita ex uere in astatem cū deuenitur, cibum deducere, potum autem augmentare oportet, atq; in eum modum annū cōplendo, ex astate in hyemem peruenire. In autumno contra, cibi maiori copia, & sicciores exhibēdi & obsonia eadē ratione. Pocula pauciora, ita ut meraciora, ut cum hyems commoda sit, homo perpetuo potu utetur meraciori, & pauciori, & cibo quamplurimo & siccissimo: nam ita in primis ualebit, minimeq; rigebit. Tempus enim hoc magnopere frigidum & humidum est.

Quæ in presentia tractant, ita sunt dissecta, nec ullū desiderāt, qui ipsa interpretetur: q̄ omnibus plana fecit Polybus, nec ullam quæsiuerit puram methodū; ceterū ut sunt scripta, ita accipiuntur.

Habitibus corpulentis, & multū mollibus, & rubicundis, toto ferē tēpore uti uictu sicciori ex usu est: humida enim est illorum natura.

Quemadmodum temporum differentie aliam atq; aliam rationem uictus denunciant, sic habitus corporis: ad quos nunc, absoluto de temporibus sermone, descendit. Et ut accommodatam dietam demonstrauit in temporibus, sic in corporum formis. Nam corpulentī, molles, & rubicundi, tales ex temperamenti humiditate euaserunt. Qui contra ac hi constituti sunt, de quibus mox ageat, ex siccitate. Quamobrem conuenit humidis siccior uictus, siccis humidior. Quæ si recte sunt dicta, neminem latet, temperatos decere dietā temperatam. Atq; temperatos uoco, quos nec corpora lentos, nec graciles, sed appellant quadratos.

Duri, graciles, rufi, & nigri ferē semper uictu debent uti humidiori. Siquidem corpora horum sicca sunt.

Tom. 2

f

2

Tempe

Temperamentorum notas in commentarijs de A
temperamentis omnes scripsi: ubi ὁ ἁπλοῦς, id
est, duos, & ὁ πρῶτος διὰ μέλους, hoc est, graciles
esse temperamenti siccioris docuimus: sic nigros
quoque. At rufos non diximus sicco temperamen-
to esse, ceterum hos, qui illis sunt colore finitimi,
quos flauos nuncupant, quando & flaua bilis est
temperamento sicco. Verum quidam scriptores mi-
norem in uocabulis usurpandis diligentiam adhi-
bentes, committunt, ut rerum doctrinam confun-
dant. Atque sic nonnulli Germanos flauos uocant,
qui flauitamen non sunt, si de nomine exactam ra-
tionem ineas, sed rufi. Quod est huius reliqua ora-
tionis, tum uere, tum clare est dictum.

Corporibus iuniorib. utilis uictus est mol- B
lior & humidior. Nam hæc ætas sicca est, &
corpora etiamnum sunt concreta. Senes uero
siccior uictus plerumque decet, quod id ætatis cor-
pora humida sint, mollia, & frigida.

Hic ad ætates transit, ubi diuisionem non ple-
nam fecit, qui eas non in quatuor differentias se-
cauerit, sed in duas tantum: cum deceret, siquidem
ætatium temperamēta rationis uictus studebat in-
dices habere, sicut temperamēta quatuor sunt, sic
dissecare ætates in quatuor, ac humidam & calidam
statuere puerorum, siccam & calidam adultorum,
siccam & frigidam eorum qui ætate inclinata sunt,
humidam & frigidam senum. Sed puerorum æta-
tem merito est par esse humidam, quod incrementum C
incidere in aliud temperamētum possit nullum. At
ætati adultorum, quando quidem plus iusto calida est
& sicca, utilis est contrariæ diætæ usus: id quod e-
tiam ad ætatem spectat inclinatam & uergentem. Ve-
rum de ætate senum magna est quaestio, quam ne-
glexerat prope omnes: de qua paulo inferius, pos-
sitaeque ætates satis exposuero, uerba faciam. Si namque
pueri plus habent citra controuersiam, ut humi-
ditatis, quod est ex usu inculcate ualentibus: ita calo-
ris (neque enim simpliciter sunt, ut adulti, calidi: sed
natiuo calore, qui temperatus est, qui in bono san-
guine consistit) ætas quæ inter pueros intercedit
& adultos, quæ ephorborum est adulescentulorumque
optimo fuerit temperamento. Atqui optimum quod
do medium est, uictus etiam medio esse tempera- D
mento debet: ut, neque humidius eorum corpus, neque
siccius, neque calidius, uel frigidius reddamus. Ve-
runtamen corpus puerorum, quantum habeat plus
humiditatis, quod salubris habitus postulat, nihilo
magis est siccandum: alioqui incremento prohibeas
illos. Sed iam quia senes nonnulli esse humi-
dos uolunt, alij siccos, atque id utriusque indefinite, fa-
ciendum nobis est, ut partim illos esse siccos, par-
tim humidos declarem: quod in commentarijs ostē-
dimus de temperamentis, ubi solidis corporis parti-
bus esse declarauimus siccos: sed excrementorum
quia ex temperamenti frigiditate copia abundat,
hactenus dicuntur humidi. Vnde si spectes utrumque,
contraria & duplex ab hac ætate indicatio existit

medicis: quod ob solidarum partium siccum temperamen-
tum, humectari desiderant: rursus propter affluen-
tiam humidi excrementi, desiccari. Itaque quomodo mo-
do utriusque possis rationem habere, abunde in ope-
re de tuenda sanitate diximus. Hoc loco satis sit
summam illorum, quæ illic scripsimus, retulisse. Ci-
bus, potus, & quæ reliqua sunt, spectent humidum
& calidum, quasi senum solidas partes corporis, quæ
solæ recte partes uocantur, humectandæ & calfa-
ciendæ sint. Rursus respicienda est uacuatio pitui-
tosorum excrementorum. Quare si ex opere de tem-
peramentis colligas, & uia sciendi discas proprium
senum temperamentum esse frigidum & siccum:
acquisititia autem humiditate esse præditos eos,
quod multa illis excrementa pituitosa generantur: dein
de illinc profectus ad commentarios de sanitate tuen-
da, discas quoque, quæ sint uictus ratione nutriendi
senes, clare perspicies, quod hoc loco est obscurum.
Neque enim in duo erat humana uita diuidenda,
neque senum dicenda corpora humida & mollia, neque
uictus eis sicco temperamento imperandus. At ue-
ro iuuenes cum dicat corpore esse concreto, & tempe-
ramento sicco, constat solos adultos eum dicere,
hosque appellare iuuenes. Proinde puerorum præte-
rijt, & inclinatam ætatem, atque ut equidem dico, præ-
terea temperatissimam, quæ media est inter pueros
& adultos. Atque adeo deprehendimus suum sibi ipsi
esse suspectum sermonem: neque enim uno uerbo di-
xit, esse senes sicco uictu nutriendos, sed addidit,
plerumque, quod est perinde, ac non semper: id quod
nec habitui corporis, nec alteri adiecit ætati. Nam
suus cuique corpori est uictus semper deligendus.

Quare pro ætate, tempore, & habitu, est ui-
ctus nobis ineunda ratio, obuiandisque con-
stitutionibus, æstibus & hyemibus: nam ita de-
mum optima sanitate degemus.

Hæc in summa dixit autor cum clare, tum ue-
re: quæ sæpe nos, & multis locis explicauimus.

Et iter facere hyeme uelociter debemus, æsta-
te læto gradu: nisi sub sole iter faciendum est.

Quo pacto iter faciendum sit singulis temporibus,
docet. Nam esse hyeme eligendam ambulationem
siccantem & calfacientem: æstate contrariam spectandam:
nisi sub sole, inquit, iter faciendum est: tum enim festina-
to opus est, quo liberemur ocysus siccitate & calo-
re, quæ corpori in itinere eiusmodi comparantur.

Corpulentis ocysus est iter faciendum, gra-
cilibus lentius. (Multis lauariis ætate utendum,
hyeme minus multis. Gracilibus cōuenit plus
balneum, quam corpulentis.)

Celer motus augendo plurimum calore corpus
colliquat, in motibus uero remissioribus calor me-
diocris sanguificationi & nutritioi prodest. Quam
obrem animantibus, ut bene nutriantur, adiuuamentum est.

Vestes hyeme mundæ sunt induendæ, æsta-
te oleo infectæ.

Quid

Quid scriptor magis congruū, q̄ quod omnes A attulerunt interpretes, intellexerit, ipse uiderit. Quod si mundas, quia magis calfaciunt, aut halitus non interpellant, ideo uult hyeme indui: & infectas oleo, q̄ aut refrigerāt, aut halitum obstruūt, non probo orationem. Nam mundæ uestes, quæ denso contextu sunt, maxime si lacernæ sint, refrigerant; quo est harum cōmodior usus. Nam oleo quidem infecta, planè sordidæ sunt. Neq̄ est quilibet hominum elegantium, qui uestiri tam spurce sustineat, idq̄ æstate: cum etiam temporis diuturnitate plus calfaciant oleo infecta, q̄ mundæ, licet primo concursu sint frigidissimæ.

Crassi, qui tenues esse uolūt, ieiuni exercitationes cunctas subire debent, & cibum adhuc B anhelantes sumere, haud dū refrigerati, & prius uinū bibere dilutū, non admodū frigidū: præterea obsonia sesamis parare, & condimentis, alijsq̄ id gen⁹. Ac obsonia maiori copia sumātur. Nā ita paucissimis bellarijs saturabuntur.

Quod postremo loco oratiōis est dictum, Nam ita paucissimis saturabātur: quidam de omnibus prædictis pronūciari uolunt: quidam de obsonijs tantū, quæ sesamis, & similib. uult condiri, alijsq̄ multis. At quæ prædicta sunt, hæc sūt. Ieiunū exercitare: qd̄ quidem aperte uacuat, ut replet à cibo exercitatio. Ad hæc ab exercitationibus anhelantes cibum sumere, nondum per halitum eorū calore digesto, aut refrigerato corpore: quā causam C esse, quo quis celeriter impleat, liquet. Si uero alia ratiōe id huius libri autor uult extenuare, nos præterit. Hoc certe noui, istud in causa fuisse, cur multis uiscera sint oppilata, in primis iecur: ut etiā à cibo uehementes exercitatiōes. Præterea his, qui habent in iecinore arctos transitus alimentī, lauaera obstructions creāt. Sed hæc omnia unā cū distinctis priuatim explicationib. in opere de sanitate tuenda sum persecutus. Restat ut dictionē ipsam consideremus, in qua ait: Et prius uinū bibere nō admodū frigidū, atq̄ ita orationem instituit, quasi frigidū esse illud, nō admodū tamē frigidū iubeat. Ceterū nō ita statim uult ab exercitationibus bibi uinū, sed prius aquam, quæ admodum athletæ docti experientia faciunt. Quippe uinū caput tētat, D si uel mox à balneo præ omnibus alijs cibis & potibus bibatur. Non tamen frigida post exercitatiōes potio, nisi calidam præbibas, noxa uacat. Offendit enī & hæc nō obscure uentrē ac iecur, nonnullis etiā neruos. Iam corpus etiā auget frigidū uinū, & autor id resolure uult. Nisi forte aliter erat scriptū, & sit lapsus qui descripsit, (Nam talia etiā hodie multa cernunt) qui pro nō omnino calidū, scripserit, nō admodū frigidū. Etenim qui anhelantibus adhuc præbere alimentum uult, corpore multis uaporibus oppleto, cū uini potione calidi magis illos replet, qd̄ magnopere calidū non secus ac frigidū cogēdo uentri atq̄ cōtenendo cōparatū sit: nō cōmittet ut istud faciat.

Galeni.

Et semel tantum cibum sumere, super sedere re balneis, duriter cubare, nudusq̄ obambulare, quoad eius fieri potest.

Rectius diceret parū cibi sumere, q̄ semel tantum cibum sumere. Sunt enim, qui semel duntaxat cibū sumūt, & longe plus comedunt his, qui bis. At uero ut balneū corpus calfaciendo, maxime foris, ad digestionē refert, & digestorū appositionem: sic si non laues, contrarijs cōmodos. Iam durum cubile sollicitat corpus, cōprimit, confirmitq̄: itaq̄ eius in omnem partem incrementū interpellat. Eadem ratiōe nudum deambulare omnes ad cutem attinentes partes refrigerat, tum uero in altum & uiscera calorem impellit, ut probe quidem coquantur cibi: ceterū quo minus quoquoersum permeent, obstat.

E diuerso qui ex tenuibus crassiores uolunt euadere, omnia hi cōtra ac illi instituire debēt, nec ieiuni quenquam laborem subire.

Contraria his, quæ obesitas præscribebātur, hæc sunt. Anhelantes non sumere cibum, sed ubi iam naturaliter respirauerint, Neq̄ semel tantū cibum sumere, uerum iterū aut ter comedere. Qui uero contra facit, ac illi, qui balneis abstinent, lauabit bis: ut tamen semper in primis tēpus à cibo, secundum balneo tribuat, interim etiā primo. Ita exercitatiōes quoq̄ breues & remissas obibit, easq̄ à cibo. Eadem ratione molliter cubare, nec nudos in aere uersari his conducit. Quæ causa est, cur athlete quasdā statuunt exercitatiōes, quæ consistūt in hoc, ubi complexibus, uel toto corpore pugnantur, πλοσάπιδι & σωμαπιαχῇ ipsi uocant, in his quibus parare corpus student, uitantes, ne nudo eos corpore exercitēt, nec complexu. Contra quos extenuatos uolunt, celeri exercitatiōe, acci tra primum complexum exercitant.

Vomitus oportet & uētris cataclysmata in hunc modum usurpare. Sex brumalibus mensibus uomere: quia id tempus æstiuo est pituitosius, & morbi caput tentant, & regionem supra septum transuersum. At æstus ubi uigeat, uti cataclysmatis, quippe hoc tēpus torridū est, & corpus biliosius, & grauitates lumbos, & genua afficiūt, calorq̄ urget, præterea sunt in uētre tormina. Quare corpus oportet, & quæ eleuantur deorsum ab his locis subducere.

Ecquæ uocet cataclysmata, ex his quæ sequuntur, autor ostēdit: hæc enī dicit, quæ lacte constant, & ex ciceribus elixā aquā, saluginē, & aquā marinā. Nam alia horū sunt purgantia medicamēta, quæ totum corpus uacuat. Quare ut balneatores purgare se balnea dicūt, cū ab illorum lapidibus cœnū abstergūt, & sordes: ita uentris & intestinorū cataclysmata pituitā eis & bilē abluūt. Quādo igit̄ hyeme generat̄ in uentre pituita, autor nobis

Tom. 2

f 3 est, uē

est, ut pituita uomitib. expurgemus. Et bile estate innatantē, retrahamus deorsum. Verū tamē uniuersum corpus si purgare instituas, estate per uentrem superiorē, hyeme p inferiorē purgabis, ut est in Aphorismis relatū. Nā quæ in præsentī abūdāt, his medebis purgatione, ut tamē p loca quō uer gūt, purgationē instituas. Sigdē ducēda sunt, quō tendūt, p loca accōmodata. At qbus, ne augeant, uelis obfistere, per contraria loca retrahere debes.

Administrentur catadysmata corpulentioribus & humidioribus saliora, & tenuiora: sicioribus graciliorib. & imbecilliorib. pinguiora, & crassiora. Catadysmata, pinguia & crassa sunt, q lacte cōficiūt, & ex cicerib. aqua elixa, & id genus alijs. Tenuia uero, & salia, brassica, & aqua marina, et quæ eiusmodi sunt.

Quæ magis incidunt, corpulentioribus iubet præberi, q pituitosiores hi sint: leniora uero gracilioribus: nā sunt hi biliosiores. At uero quæ sint materiæ utrorūq; ipse subiicit: q quia interpretē nō requirūt, ideo his pteritis, ad pxima me conuerto.

Vomitus autem hoc modo irritare oportet: homines obesi, ieiuni uomant, currendo, aut celeriter cundo meridie.

Vult crassus, qui uomituri sunt, corpus ex calidum, quō succi pituitosi, quo plurimo crassi abūdant, liquefiant. Quinetiam omnium apertio uasorum, & angustorum meatuum raritas hac maxime ratione paretur. Faciunt autem hęc omnia ad facilem & minime molestum uomitum.

Sit hylosopi quadrans contriti in congio aque, quē ebibat, acetum affundens, & sal aspergens, quo sit iucundissimum.

Incidentē esse potionē uelle illi, & qua de causa, non est obscurū. Namq; homines crassi quādoquidē humoribus sunt præditi prorsus crassis, & frigidis, ijsq; nōnullis lentis, ideo potionē eorum discutientē uult esse. Cæterū quantā potiōis, quā præscribit, copiā porrigat, non habeo exacte dicere: q mensura, quē congiū uocant, non sit apud omnes eiusdē capacitatis. Si atticum congiū imperat bibere, nō mihi ille mos placet, multū enim esse uidetur mihi. Erat tamē maioribus solenne, si quando uel lactis sero, uel eiusmodi purgatione utendum statuisent, magna copia offerre.

Bibat tardius primum, deinde uelocius.

Nam à primo si affatim bibisset, cōtinuo uomeret priusq; omne ebibisset, atq; succos in uētre cōtentos absterget, quos cū unā effunderēt, quos primū uenæ habēt. Sin autē primo lentius, postea omnino bibat largius, ea ratione fiet, ut mediocri tēpore cōtinere possit, atq; in tēpore impetum ad uomitū capiet, quod tandē magis affatim bibat.

Graciliores, & imbecilliores à cibo uomitū prouocent hunc in modum. Calida loti præbiant meri heminā, mox omnis generis cibos

ingerant, nec in comedendo bibāt, nec à cibo, sed cōtineant se, dum quatuor stadia quis progrediatur. Deinde illis in potum triplex uinū miscebis, austerum, dulce, & acidum: primum meracius, & paulatim, tractimq; deinde dilutius, celerius, & affatim.

Calida lotū, præbire mandat poculū meracius, hac, ut cōijciamus, inductus ratione: Calido balneo totū corpus calfit, humores colliquant, uasa euadūt laxa. quæ & ipsa uinū meracius præstat, eadēq; opera uiribus robur cōciliat, cuius habere maximā rationē in gracilibus uidet. Mox, inquit, omnis generis cibos ingerāt, cuius nō eandē omnes rationē, qui hūc librū enarrauerunt, scripserunt. Nam quibusdā de illis uarios cibos offerre uidet, q inter sese mutuo dissidētes, minori negotio uomitū cieāt. Alijs, quō plus ingerant: quippe simplices, & unius speciei, mox saturāt. Præterea non illis concedit statim bibere, ut cibi statim ne supernatent, qd cauet. Et ne istud accadat, tēpus etiam constituit interea, quod cōmorentur, nutritioni sufficiens. Ipsūq; adeo tēpus pronūciat, dū quatuor stadia quis progrediatur. Quæ postq; ita præcellerint, dat bibere uina tria, quæ inter se sunt diuersis qualitatibus. Nā ex his uinis hoc esse austerū uult, illud dulce, aliud acidū. Sed hoc etiā loco causam reticuit, quāobrem id præscribat. Qui uero ad eius sensum diuinationibus aspirāt, dicūt austerū ipsum administrare ob instrumento rū, per quæ uomet, robur: dulce, ut uomitū concitet, ad hæc q fundat humores dulce uinū: acidū, ut abstergat, quæ uētri sunt infixa. Forte uero & cibos illis præscripsit diuersis qualitatibus, ut hi uentrē cōfirmet, illi uomitū iritent, alij succos abstergāt impactos. Verū qd frequēter in sodaliū meorū & amicorū cæterorū cōgressibus dico, nō tacebo in præsentī. Nō paruū esse istorū delictū cōseo, qui rationalē sectā uēditant: qui omniā rationē eorū, quæ dicant, pronūciant, tanq; edicta regia. Nā multo erat satius ipsum libri scriptorē, singulorū præceptorū uim exprimere: ut fecit Hippo. in lib. de ratioe uictus in morbis acutis, ubi de pti sana refert. Nā uiscositas eius lenis, cōtinua, iucūda, lubrica, & modice laxa est, sitim arcet, & ubi ablutiōe opus est, facili descendit, nō astringit, nō uellicat grauiter, neq; in uētre intumescit. Similiter de aqua multa, uino, oxymelle, & lauacris scribit: ut initiū habeamus uia, qua nonnulla ab scriptore omiſsa, quæ cū eius sentētia sunt cōiuncta, adjiciamus. Et nūc quidē cū alia protulit, nō addita causæ ratioe, tū q bibendū est uinū primū quidē meracius, & paulatim, & tractim, deinde dilutius, celerius, atq; affatim: cogimur nos mentē cōiectare, qua scripsit. Est uero cū omīs alioqui ambigua cōiectura, tū sanē maxime, ubi hominis sentētia etiā nū ignorat. Proinde dilutius bibere uinū, celerius, & affatim, de his qui cupiunt uomitum, nō absolum uidetur dictum esse: quādoquidem his qui retinere uolunt, & concoquere alimentū, contra-

cōtraria cōferunt, meracius, paulatim, ac trāctim. **A** Quare autem, quæ omnino retentioni sunt congrua, hæc offerat prima saniam uomituris, nō habeo quod probabile adferam. Fortassis horum autori non alienum uidebatur, quod interpretibus nonnullis probatur: quando hoc illi propositū est, ut uires hominū gracilium, quibus hæc dicat, ne prosternat, ideo p̄ter cetera eas confirmat, ac mox ad cientia uomitū progreditur. Verūtamen ad uires constituendas tempus, quod à cibo sumpto dabatur, satis erat. Alio item aliud, ut dixi, uidetur, non tamen numerandū ut necessarium, quod demonstrationibus stabilitur ex scientia profectis.

Qui consuevit his mensib. singulis uomere, rectius ille ordine duobus dieb. uomat, q̄p̄ quāto decimo quoq̄ die. Alij planē contra faciunt.

Et huius quoq̄ oportebat rationē scriptorem cum primis apponere, quando prāter distinctam illam declarationē dixit de uomentibus his quoque mense. Video enim esse qui uacuationis gratia uomunt: ut alios, qui unum diem in mense ieiunant. Et quosdam, qui humorem hunc uentri impactum, aut uiscidum, aut crassum expurgāt. Sed nihil tamē causæ est, quin per interualla ista faciamus, non continuis duobus diebus.

Qui facile cibos reuomūt, aut quib. sunt alui astrictæ, omnibus cōuenit his crebro in die cibum sumere, & esculētis uti uarijs, ac obsonijs uarie paratis, uina itē bina bibere, uel terna. **A**t qui cibos nō reiciūt uomitu, uel aluis sunt p̄diti sanis, his ex usu est, ut faciāt illi modo cōtraria.

Qui uentrem purgare, aut corpus uacuare mōdice uolunt, his cōfert uomitus. Atq̄ hos sepius uult cibum sumere, eumq̄ uarium, et diuersa uina bibere. Contrā, eos qui nolunt uomere, uentresq̄ habent plus æquo humidos, ut quærant sisti, hos nec frequēter comedere, & uarijs cibis et uinis abstineri. Nam semel cibum capere, & eum unicū, uinum item unum bibere, interest ad hoc, ut uenter illa & retineat, & coquat. Contraria uero ægritum concoquuntur, tum in uentre commorantur. Et pro ciborū qualitate, et ordine sumptionis, aut innatare illos, aut excerni per aluū contingit.

Infantes diu sunt calida lauādi, ijsq̄ uinum dilutum exhibēdum, quod prorsus tamen frigidum nō sit, idq̄ offerendum, quod minime uentrem attollit, & flatum creat. Atq̄ hæc faciēda sunt, quo minus tentent conuulsiones, ipsiq̄ crescant, & melioris coloris fiant.

Quò hæc dicta diēta spectet, ipse enarrauit: nempe em̄ ut minus, inquit, tētent cōuulsiones, ipsiq̄ crescant, & melioris coloris fiant. Nam calida qui multo pueri tempore lauātur, mollia permanent: id quod conuulsionibus resistit. Nā conuulsiones ipse Hippocrates frequentiores esse dicit corporibus contentis, q̄p̄ remissis & laxis: tum mollia corpora facilius augentur, q̄ in omnem partem faci-

lius intenduntur. Atqui quæ à conuulsionibus libera sunt, probeq̄ crescunt, his totū esse habitum salubrem, id latet neminem. Ergo id ipse uno insigni prodidit nō cōtemnēdo, coloris. Et uero etiā uinum hos dilutum iubet bibere, nolēs eos nimis calefcere, idq̄ adeo q̄ non raro laborēt conuulsione, quod quidē neruorum imbecillitati, & uocitati acceptum referunt. Ideoq̄ uinum eos nō frigidum bibere imperat. Atq̄ uinū quod esse eiusmodi debet, ut minime sit flatuosum, omnibus iuxta, nedum solis infantibus commodat.

Mulieribus ratio uictus esse siccior debet, commodiores enim sunt cibi siccī mollitiei carnis: ut item pocula meraciora referūt plus ad secundas, & fectus nutriendos.

Mulieribus sicciorē rationē uictus præscripsit: quæ qualis est, ipse subiicit. Ceterū hæc opinio auctoris cōtrouersa est. Etenim si mulieribus esse humidis præter naturā sit, ut in imemperatis naturis, & affectis humidis morbis, recte illas siccaret. Iam cum eis hoc sit naturale, tuendum est: nisi salubrem mediocritatē excedat. Sed illud nos etiam in uiris spectamus. Nāq̄ & his natura comparatū est mulieribus esse sicciores, qui ubi iustam siccitatem superent, ibi eorū intemperie cōtrarijs corrigimus.

Qui exercitātur, his hyeme cōuenit currere, & luctari: æstate luctari quidē parū, currere uero haudquaq̄: sed deābulare multū in frigore.

Exercitationum differentias, quæ anni temporibus sunt peculiare, docet quæ hyeme calfacere ualent & exiccare: æstate contra.

Qui cursu defatigātur, hos oportet luctari. Qui uero defatigātur luctādo, currēdū his est. Nā ita laborās partē corporis defatigatiōi obnoxia, calidā cōseruet, simulq̄ maxime recreet.

Si ita omnia medici rationales conscripssent, nō fuisset uerborū fundendorū locus interpretib. relictus. Id autē dico, ut addatur causa, cur ita nos agere iubet: id quod fecit hoc loco Polybus.

Si hos qui exercitantur maxime alui profluuiā arripiūt, ac excremēta cibū referunt, suntq̄ cruda: de exercitationibus detrahenda debent, nō minus tertiam partem, & de cibis dimidiā. Constat enim nō ualere uentriculum acruum ingestorum ciborum omnem calfacere. Sit his cibis panis q̄p̄ potest fieri maxime coctus, in uino tritus, potus quāpaucissimus & temperatissimus, caueantq̄ à cibo deābulare. Hoc autem tempore semel tantū oportet illos cibum sumere: nam hoc modo uentriculus maxime calfiat, cibosq̄ uincat. Porro modus hic alui profluuij corpora quæ carne sunt densiore, frequentior exercitat, ubi compellatur homo, quādo ita est natura cōparatum, uelci carnibus. Venæ siquidem conspata, cibos nō suscipiunt comefos.

f 4 Non

Non uidetur hic de exercitiis sese gratia fa-
nitatis loqui, sed de his qui munus aliquod obeunt
gymnasticum, ut non detur illis eius omnino di-
mittendi facultas, aut admodum multum remitten-
di. Propterea de illis detrahunt de exercitio tertiam
partem, de cibis dimidiam. Nam haecenus sperat
cibum superaturos, ut non iam aut cruditate labo-
rent, aut alui profluuium. Ceterum hic quoque suo offi-
cio functus est, quod eorum adscripserit rationem,
qua adductus, haec ipsa, & quae hic sunt dicta, praescripserit. Nam modus, inquit, hic alui profluuii,
hos qui carne sunt compactiore, capit, ubi carnes
comedere cogantur. Vbi de gymnasticis uerba se
facere significauit: hos etiam comedere carnes con-
gunt. Ac subiungit: Venae constipatae cibos non
suscipiunt comelos. Quod obscure dixit: quare in
terpretes putare compulsi sunt, constipatas eum di-
cere, pro induratis, & quae aegre intenduntur, ut non
excipiant alimentum: quod denotari aiunt ex hoc:
Cibos non suscipiunt. Sed istud digestionem citius
quam laedere concoctionem consuevit, ut excernant
illi humida quidem, at non cruda tamen. Atqui di-
xit ante, cruda hos, & quae cibum referrent, desice-
re. Verum quando adscripserit rationem, qua fre-
tus ea consuluit, quae consuluit, et etiamnum tene-
mur implicari, quid in his orationibus fieri existi-
mabimus, quibus causam, quare facere illa nos iu-
beat, non adscripsit? Equidem nisi de his, Carne qui
sunt compacta, adscripsisset, haerere me ingenue fa-
terer, ut in multis alijs, in quibus cum nihil eiusmodi
apposuerit auctor, audacissimi isti interpretes quod
in mentem uenit, pronunciant. Iam quia praedito-
rum compacta carne meminit, quo commentaren-
tur illi quoque, quod utile esset de his naturis, an-
sam prebuit. Hi enim citissime plenitudinem acer-
uant, quod non satis perspirationis habent. Unde fit,
ut cum consistat digestio, prorsus humida euadant
excrementa. Interdum non humida solum, sed &
tenuia, & praeter ceteros uoracibus. Nam cum ex
deglutitis aliquid in corpus digerit, residua prom-
ptius uenter concoquit. At uero cum ciborum in
eo permaneat acruus, si quando cum degrauent,
semel desiccat prius uniuersos, quam sint concocti. Po-
tuit etiam per uenarum duritiem quia intendi mul-
tum non poterant, digestio impediri alimenti. Ve-
rum talium naturarum quo pacto haberi potuit ra-
tio, scribere ipsum oportebat, instituto contrario.
Siquidem totius habitus sunt scopi raritas & mol-
lities, quae molli frictione, & multa pinguedine in
solijs fiunt. Hic uero symptomatibus immoratur,
ac eorum negligit interim ueluti radicem resicare. Iam
in praesenti oratione istud quoque dicit: constat enim
non ualere uentriculum acruum ingestorum ciborum
omnem calfacere. Atqui si uere incusauit habitus
densitatem, & uenas cibum non suscipientes, inu-
ste de uentriculo conquerit. Quod si hic eum quis
uera dicere admittat, sequentem etiam diatam re-
cte esse dictam, causam non dixerit: Panem perco-
ctum, potum temperatum & pauciores, semel ci-
bum sumendum, nec a cibo deambulandum.

Et haec quidem praecipit natura, & ad partem
uertitur utranque, parumque uiget bonus habi-
tus in eiusmodi corporibus.

Bonum habitum appellauit, compacta carne pre-
ditorum naturam, quae aequae celeriter facit muta-
tiones. Itaque subnectit: Et ad partem uertitur utran-
que, hoc est, ad bonum habitum, & contrarium. Prae-
terea addit: Parumque uiget bonus habitus in eius-
modi corporibus. Nam in commentarijs in Apho-
rismos ostendimus, bonum exercitatorum habitum,
praeter sanguinis repletionem & carnis, robur con-
seruare naturalium facultatum. Sed ut illic sum-
mam habitus bonitatem esse periculo ostendimus
obnoxiam, quam non cito arida corpora consequun-
tur: ita usu uenit his, qui corpore sunt compacto,
postea quam uelocissime propter difficile per hali-
tum digestionem his generatur, cogiturque scilicet
uestigio eueri, celerem obtinent generationem
& dissolutionem.

Habitus uero rariores & hirsutiores, carni-
um esum magis admittunt, & labores. Suntque his
boni habitus diuturniores.

Quod corpora hirsutiora cutem obtinent rario-
rem, itemque genus carnosum, in libris de tempera-
mentis didicimus. Quare haec merito sane com-
modius ait esum carni ferre, nempe quae transpi-
rantur: & labores, quod minus sint lassitudini-
bus obnoxia, id quod etiam in libris de tuenda sa-
nitate traditum est. Quod si haec, & bonos habitus
habent constantiores, ut quae non attingant con-
tinuo extremum.

Ac qui cibos posttridie eructant, & si praecor-
dia eleuantur, his tanquam cibis non percoctis,
diuturnior somnus prodest: nihilominus ho-
rum corpora ad alium laborem sunt adigenda.
Vinum bibant meracius, & largius, cibi uero mi-
nus sumant hoc tempore. Liqueat enim praeter im-
becillitatem & frigiditatem uentrem non esse cibo-
rum multitudinem parem concoquendam.

Laudo hic eum, quod fini adiecerit: Liqueat enim praeter
imbecillitatem & frigiditatem uentrem non esse ciborum
multitudinem parem concoquendam. Nam quasi ad id
respicies, eum studet calfacere, eaque gratia longio-
rem somni eis consulit, item exercitationem, atque ui-
num bibere, & meracius, et copiosius: praeterea, id
temporis minus comedere, quo ipsis contigit crudita-
te laborare. Nam reliquo tempore exercitantes sese
et mouentes, uinumque, ut diximus, bibentes, nihil
est quod ciborum mediocrem copiam imminuant.

Quos sitis infestat, cibos hi & labores minu-
ant, ac uinum dilutum bibant, idque quam frigidissimum.

Hic expressa est eo modo calidarum naturarum
nota. In sexto libro Epidemiarum his uerbis: Cali-
do naturaliter frigida potio conuenit, & quiescere.
Ut enim appellauit corporis intemperamentum, subiu-
xit diatam, quam, qui ita sunt affecti, requirunt. Caput
autem

autem eius est, refrigeratio. Potissima in hac diætâ summa sunt, aquæ potio, & uacatio exercitatiōis. Hoc loco quiescere aliter expressit, nēpe, labores minuât. Et pro frigida potione scripsit, ac uinum dilutū bibant, & quāfrigidissimum. Mihi uero re-
ctius hic præcipere uidetur, quod potio diluta & frigida cum refrigerat, tum præterea uini obtinet commoditates.

Quibus uiscera ab exercitatione uel alio itinere dolent, his requiescere ieiunis confert. Potus sit parcissimus, qui corpus ingressus cieat urinam: ut ne uenæ, quæ uisceribus sunt innatæ, contendatur plenæ. Quippe inflationes hinc, & febres generantur.

Omnia hæc præcepta in lucubratione de sanitate tuenda abunde tradidimus; & nunc memoriæ causa, ut in superioribus, ita hoc loco exponemus. Multis enim tametsi febris liberis dolores in uisceribus oboriuntur, potissimum in iecinore, ubi à cibo se exercitauerint, uel lauerint. Cuius quidem causa angustia est uisceris trāsitus, ascendentiūq; crassitudo humorum. Etenim oclusi, & resistentes in uenarum strictis sinibus, quæ sanguis ex sinibus iecinis partibus transmittitur in cœcivas, tum transitum obsepiunt, tum uenas intendunt, quæ in sima sunt iecinoris regione. Quas ita affectas dolores citra febrem excipiunt. Hos sopire eo tempore

oportet, quo infestant: ac potare aliquid, urinanti quod moueat, et iecur referet. Qui nisi minxerint, his occasionebus succedunt flatūs & febres.

Quem morbi corripuit à cerebro profecti, huius primū torpedō caput tenet, mentēq; frequenter, ac alia patitur, quæ in urinæ stillicidiō solent enire. Hūc illud dies uiginti molestat, & de naribus si fluat, aut auribus aqua uel mucus, à morbo uindicatur, & urinæ quiescit stillicidiū. Mest autem absq; dolore multum & album, dum diem uigesimum transierit, & capitis dolor relinquit hominem, ceterū oculos intendentem splendor illum fugit. At uiri est, qui facultate est præditus ratiocinandi (quā homini tanti nihil, atque sanitas est) nosse de suo consilio in morbis esse præsto.

Merito habuerunt hanc orationem suspectam, nonnulli etiam damnarunt, nō esse Polybi, & multo minus Hippocratis. Nā orationis omnino non constat initium, uolens cerebri morbos torpedinem inducere, & urinæ stillicidiū. Quæ tamē oratio, uel si putet quis non cunctos eum cerebri tales esse morbos constituere, sed eos solos, quos fluens de naribus & auribus mucus et aqua depellit, haud est uera. Neq; enim semper ita rem se habere, neq; frequenter apparet.

CL. GALENI DE ATTE NVANTE VICTVS RATIONE LIBER

VNVS MARTINO GREGORIO INTERPRETE.

VVM uictus ratio attenuas plerisque diuturnis morbis adeo conferat, ut sola ea, sine ullo alio medicamento, sublata saepe fuserint, operæpretiū fuerit aliquid de ea distinctius perscribere. Sunt enim, quos præstiterit sola ui-

ctus ratione, sine medicamentis perfanare. Vidi enim quidem non paucas arthritidas, quæ iam articulo rum ossa nudant; alias quidem hac uictus ratione in totum perfanatas; alias, mitiores fuisse redditas. Vidi præterea & eorum plerosq; qui spirandi difficultate (quā *σπασμὸν* uocant) saepeprehenduntur, adeo leuatos, ut aut prorsus reualerēt, aut longo saltem interuallo leuiter affligerentur. Eadem etiam hac tenuas uictus ratio magnos lienis tumores, & hepatis scirrhum colliquat. Ad hæc epilepsias paruas quidem & etiamnū incipientes penitus sanat; inueteratas uero ac consumatas iuuat nō mediocriter. Hanc uictus rationem medici tenuantem appellant (quemadmodū aliam ei contrariam, incrassantē) pro eo humore scilicet quem in corporibus nostris gignit; nota autem longa ex-

perientia nobis est, & ratione explorata; nam ossa ac gustus mentem nostrā ad omnes eiusmodi cibos discernendos satis instruunt. Quæ enim sensus nostros pungunt, ac mordicant, ea omnia, parum est, acris esse, & quæ succos crassos tenuare queant; quæ etiam si largius equo sumpta fuerint, uentriculum mordicant, ciborumq; nauseam magnam inducunt, & halitus acres emittunt, nō modo dum manduntur, sed etiam postquā e corpore fuerint egesta. Plurima autē eorū urinas & sudores graue olētes & acres promouēt; phymatibus præterea, ac furunculis sunt accommoda. quædā autē ex ipsis cutim diuellunt facile, atq; erodunt; alia uero pertundunt; alia ipsius partem aliquam in pus uertunt; ulceraq; magna, & quas uocant escharas efficiunt. Hæc omnia satis probāt, ea acrē quandā, atq; incidentem habere facultatē; cui rei euidentissimo etiā sunt argumēto humores in corpore nostro ab eis extenuati. Quin & experientia ipsa rationē confirmat; uidemus enim corpora omnia, in quibus humores frigidi, crassi, ac lēti abundāt, huiusmodi ciborum usu maiore in modum alleuari. Vt in alijs, ita in his quoq; oportet medicū tempori ac mēsure usus diligenter esse attentū: periculum enim est, si quis nō recte ijs utatur, ne tandē prauo succo impleat.

Verum

Verum de omnibus in praesentia tradere non est institutum, sed de edulibus duntaxat tractare. Nemo igitur est, qui allium, capam, nasturtium, porrum, & sinapi propter facultatis ipsorum vehementiam ignoret in genere esse tenuantiu; post illa autem smyrnium, pyrethrum, origanum, calaminthen, silybrium, pulegium, satureiam, thymum; quae omnia uiridia quidem & prius quam exsiccentur, manduntur; exsiccata uero, iam non amplius sunt cibi, sed medicamenta: in summa, omne quod siccum est, uiridi est ualentius; eorum uero quae sicca non sunt, maturiora minus maturis; & quae in montibus ac locis siccis proueniunt, ijs quae in campetribus ac planis & hortis, ac paludibus crescunt, sunt fortiora: haec sane sunt quae de ijs communiter scire conuenit. Praedictis autem ordine proxima est capparitis, & terebinthi fructus; his autem eruca, sum, apium, petroselinum, orminum, raphanis, brassica, & beta. Malua uero, & blitum, & atriplex, tametsi ijs speciebus sunt proxima, facultatibus tamen dissident: aquae enim sunt, minimumque acris facultatis habent, quo modo cucurbitae, & citrulli melones, melopepones, & pruna: humida enim sunt haec omnia, ac frigida, & pituitosa, potissimum, si cruda & non elixa mandantur. Atque hinc adeo fit, ut quidam citrullus ac cucurbitas duriores elixent. Ex pomis praeterea ac piris ea minus nocebunt, quae elixa fuerint. Ad haec ex ijs quae cruda manduntur, ea praedictis minus sunt noxia, quae ad condendum sunt apta. Sed de his non est nunc dicendi locus. Rursus igitur ad eos cibos, qui succos crassos in corpore tenuant, reuertamur, ab ijs unde sumus digressi, aut spicantes: exactius enim de ipsis determinare est necesse. Omnia igitur tenera & incrementa propter humiditatem, qua adhuc toto incrementi tempore affluunt, facultatibus (ut paulo antediximus) sunt moderata. Quod fit, ut plerumque medicamenta dum oriuntur & adolescunt, non aliter ac cibi mandantur, ut silphij ac sinapis stolones, pyrethri, tringij, & multorum aliorum, quae olera syluestria uocare consueuerunt: quae haud ita multo post spinis adeo horrescunt, ut ne pecoribus quidem sint uesca. Haec autem omnia ubi comaturuerint, magnam quidem habent incidendi facultatem: tenuant uero admodum dum oriuntur adhuc atque adolescunt. Pari modo & urtica priusquam exsiccentur, est esculenta, praeterea feniculus, ruta, coriandrum, anethum, eiusdem cum illis sunt speciei, euidenterque etiam calfaciunt. Aliud autem est olerum agrestium genus, quae memoratis minus incidunt, ut mediocris non secunda sint naturae, quippe quae neque incidunt manifeste, neque densent. Olera autem communi nomine huiusmodi omnia nominantur: singulis tamen speciebus singula nomina à rusticis fuerunt imposita, ut lactuca, condrillae, tum ijs quae Syrii gingidia uocant, tum alijs id genus plerisque apud singulas gentes: Athenienses tamen omnia communi nomine appellant: ueteres autem ipsorum speciebus nullum nomen indiderunt. Cum igitur plures horum sint species, & earum plerumque, propterea quod non ubique

proueniunt, multis sint ignotae, ubi eorum facultatem in genere didiceris, nihil erit, quod ea oculis singulatim inspicere ac dignoscere desideres, sed ipsorum duntaxat enarratio tibi satisfecerit. Si quid igitur olfactui, aut gustui, aut utriusque simul, acre, & mordicans, & calidum apparebit, scito id facultatem habere tenuandi atque incidendi. Ad haec si quid olfactui odorem bonum inferens, aromatis speciem gustui representet, id quoque uiribus calidum esse oportet, sed non aequae ac mordacitiae, & rodentiae, & insigniter calfacientiae. Incidunt praeterea & quae saporem quendam habent nitrosum aut salsum, quorum etiam plurima aluum deiciunt: nec minus ijs amara tenuandi facultate sunt praedita: atque hinc adeo fit, ut plurimis huiusmodi uulgo uescantur: differunt tamen in eo plurimum, si una cum eis oxymel, aut acetum, aut sal, aut oleum, aut aliud id genus sumatur: eorum enim facultas aceto & melle interditur: oleo autem minuitur. Si quidem oleum ipsum praeterquam quod succos crassos non incidit, eorum etiam omnium, quae id praestare possunt, robur imminuit. Huius etiam generis sunt cibi omnes aquei ac mucosi, praeterea olera plurima, potissimum hortensia propter superfluum humiditatem: quibus omnibus cum aceto uescuntur, eis quidem quae cruda libenter mandunt, id non permiscet: his uero quae elixant, oleum infundentes. Quidam autem pro delitijs acetum omnibus permiscet, sed cum melle, uel sinapi, uel libyfico, uel cumino, uel apio, uel id genus aliquo commiscentes. Natura enim ipsa suggerit quid sit faciendum, ac docet non eos modo, qui hoc apertius norunt, sed saepe etiam imperitos, atque idiotas. Quin & ipse ijs quibus uictus ratione tenuante opus erat, delitijs eiusmodi uti iubebam, praeterquam carne dactylorum, quam multam pulmentis plurimis commiscebant. In summa autem de ijs delitijs est habendum, omnes eas tenuantibus esse accensendas, quae cum multis acris & calidis (cuiusmodi sunt ea quae nuper memorauimus) tum cum capis, allijs, & coriandro praeparantur. Quibus uero ea parcius fuerint permista, substantia in crassantem habent copiosiore. Quoniam autem ab initio de cibis oleraceis disserui (in eo enim genere plurima sunt quae tenuant) proximum sane fuerit, de asparagis, quos uocant, disserere, elijs, mixacantho, chamædaphne, uite alba, uitice, spina, & alijs eiusmodi. Eodem in genere sunt uitium germina, & rubi, & omnia denique arborum germina, quibus uesci consueuerunt. Mixacanthus igitur, quem uocant, medix quodammodo est facultatis, ab eo autem elij & chamædaphne utriusque non multum differunt. Stomacho autem non minus praedictis commendant, uitis albae, & uiticis, & spinæ asparagi: omnium autem maxime austeri atque adstringentes, quales sunt uitis, ac rubi. Spinæ uero asparagus aluum deiecit. Sed quae purgant quidem, non possis ante experientiam cognoscere: quae uero uentriculum roborant, coniectura possis assequi. Omnia enim stomachum iuuant, facultatisque sunt mediocris, quo in

quo in genere est palmæ cerebrū. Sic enim nominatur tenerum germen, quod ē summa ipsa planta producit, ut elate in oleribus. Qui autē amaroris quidpiā praeferunt, quanto amariores, tanto ijs sunt sicciōres, & incidentes magis. Quod si linguam euidenter mordeant, ac calfa ciāt, in tenuantibus erunt numerandi. Verum de oleraceis quidem edulijis hęc sufficiāt. De seminibus autem deinceps tractabo. Vt autē de eis in uniuersum dicam, facultate plantæ suæ sunt similia, nisi q̄ illis prorsus sunt sicciōres, eoq̄ magis tenuatā: non omnia tamen sunt uesca, ut ne herbe quidem ipsæ, quarum semina manduntur, omnes sunt esculentę. Omnia tamē semina, quibus uescunt, sua natura ad siccius & calidius magis, q̄ herbæ ipsæ, semper sunt ppena. Proinde & papaueris semen herba ipsa est melius, adeo ut tanquā innoxium panibus ipsum misceant, & placentis. Quod tamen & ipsum palam refrigerat, ex eo intelliges, q̄ caput grauat, & soporiferū est: non tamen æque ac eius succus, sed quanto is magis refrigerat, tanto semine est magis soporifer. Soporiferū est & lactucae semen. Quandoquidē & olus ipsum frigidū est & humidum. Ab his igitur frigidis & humidis seminibus ei est cauendū, qui tenuante diætā uti uolet. Nam sisami semen succū crassum ac lentū in corpore gignit: apij uero, & petroselinī, cumini, carui, anisi, præterea libyfici, sinapis, ameos, dauci, feseleos, & omnium deniq̄ odoratorū, & acrium, & euidenter calfacientium semen tenuante diætā utentibus conuenit. Quorū quædā adeo sunt fortia, ut nihil à fortissimis medicamentis dissideant: cuiusmodi est rutę semen, quod ualidū admodum est ac tenuans. Pari modo & lini & cannabis semina. Hęc enim nō modo sunt medicamentosa, sed caput etiam tentant. Quocirca unicū est tempus, quo quis recte ijs utatur, cum scilicet sanguinem per urinas purgare uolet. Verum de medicamentis dicere nūc non est propositū, ut quorum uis & actio est magna, eoq̄ non est eis insistentū. Ad aliud seminū genus est transeundum, quę cerealia appellant: hęc autem appellatio in toto eorum genere Gręcis est uisitatior, q̄ leguminū nomē, quæ nonnulli chedropa etiam nuncupant. Omnia autē generaliter uocantur legumina: speciatim uero ea sola ex eis appellant chedropa, quę manu carpuntur: alia cuncta, quę falce putantur, frumenta: quidam autē solum triticum, frumentū uocant: alij hordeum quoq̄ ei adiungūt. Sed uocet quisq̄ quo libeat nomine: ipse uero de eorum omnīū facultatibus deinceps pertractabo. Triticū ergo firmissimū est alimentū, succumq̄ crassum admodū gignit ac lentum. Proinde nisi quis ipsum, quo modo nunc præparatur, exhibeat præparatū, succus ex eo succrescet uehementer crassus ac lentus. Triticū igitur simpliciter elixo non est uescendū, ut in Asia plerōq̄ rusticos elitare obseruaui. Nam cōdiunt id pauco sale, nec ipsum in farinam redactum, ut ^{errō} id est, puliculā, aqua uel lacte perfundentes, elixāt. Ceterū quod eo modo est paratum, ad

coquendum est difficile, & crassi succi: sola autē ea præparatio est probanda, quę fermento cōstat, sale, et clibano: paulo deterior, quę minore furno: ex reliquis uero nulla est, de qua uerba facere sit necesse. Est & in tritico nō parua speciatim differentia. quippe quod graue est ac densum & in profundum flauum, copiosissimū id alimentū est, crassiq̄ succi ac lentū: cōtra quod leue est & rarum & album, minus nutrit, succumq̄ gignit crassum minus ac lentum. Similago autē & alica multum alunt, crassiq̄ sunt succi ac lentū. Verum similaginė quidem non conuenit eos attingere, qui extenuante uictu utuntur: Alica uero possunt uesci moderate, tum sola aque incocta, tum uero cum mulso, aut uino, & eo quidē dulci, sed flauo ac tenui, & quod uiribus falerno sit proximū. Possunt & alijs multis cibarijs permiscere, & maxime betis tritis, & iusculis accommodatis. Quod si quis pultem aut sorbitio nem ex alica parare uolet, cōueniet nō anethi modo, sed et porri quidpiā, uel pulegij, uel calaminthes, uel hyssopi, immittere. Piper præterea si misceatur, non solū elixationibus eiusmodi, sed alijs etiam propemodum omnibus, quę ad tenuantem diætā conferunt, non mediocriter iuuabit. Ptisana autem ipsa quidem per se nonnihil absterget, ut hyssopo non magnope egeat. Si quando tamen ipsius uim inaugere uelis, piperis aliquid ei permiscuisse suffecerit. Mel uero ptisanę immiscere non est opus, nisi quis ea quę thorace ac pulmonibus continentur, studeat expectorare. In hepatis uero ac lienis affectibus, ipsum admiscere non cōuenit. Nam horum uiscerū tumores à sorbitiōibus ipsis solis ex alica adaugentur, & multo magis, si cum melle eas paraueris: at de mellis quidē usū omni paulo post dicemus. Nunc autē ad hordeū redeundum. non enim in ptisana tantum eo uescimur, sed & panes hordeaceos conficimus, & eius farinam cum lacte elixamus: præterea ex eo frixo polentā conficimus: denique non secus ac alicam, coctum ipsum in aqua cū uino dulci aut sapa exhibemus. Verum quod ad panes quidē pertinet, scire oportet omnes quoquo modo parentur, exigui esse alimentū, succumq̄ crassum, ac flatu minimum generare. Polentam uero omnem similiter ac panes nutrire, nisi quod si ccat magis propterea quod frixa est, farinam ipsam utrisq̄ esse humidiorē, excrementosamq̄ magis ac flatulentam, & potissimum si cum lacte coquatur. Quod uero hordeū, ut alica, ex dulcibus quibusdam sumitur, proposita uictus rationi multo minus confert. succum enim crassum ac lentum, ut alica, gignit. Sumēda igitur hęc sunt non cum sapa, neq̄ cum uino aliquo uehementer crasso, sed cum mulso, aut uino, quopiam falerno simili. Eodem autē modo & typha uti licet & auena, sunt tamen hęc quā ptisana & alica, cōcoctu faciliōra, et excrementosiora. Porro horū seminū pleraq̄ in Asia ac Mysia proueniunt, adeo ut panes ex eis conficiant, qui utiq̄ & ipsi ad coquendum sunt difficiles, & succi non boni. Olyra etiam quam uocant, frequens in Asia uisitur

uifitur, mediūq; inter hæc & triticū, locum obtinet. Siquidē tritico tanto est deterior, quanto his melior: utuntur autem & ipsa eodem modo, quo prædictis. Quod uero ad zea attinet, nulla alia est inuestiganda, præter olyras & typhas, quæ sunt esculentæ, & ut ingenue fatear, non mihi constat, de utris harū antiqui nomē zea enunciarint. Tertium enim præter illas genus non uisitur, quod eis sit simile, sed typhas & olyras sic uocabant. Cum autem Mnesitheus de iisdem seminibus utrunq; nomen enunciet, typhas & olyras nominans, in eo declarat se suspicari zea quoddā aliud esse prauum edulitū, ipsumq; existimo zeam appellare, quod nos typhas nominamus, aut aliquid his deterius. Cæterum semen id, ut hordeum, & olyra, & aue-
na, est mūdandū, ac cortice spoliandū. Quod cum factum fuerit, tritico, hordeo, & olyra longe est tenuius atq; exilius: flauum præterea est ut triticum, non album ut hordeū. Porro hordeū apud quosdam gentes nudū provenit, ut in Cappadocia, uocaturq; ita ut iamiam dixi. Quod si aquæ incoctū, ut alica, cum aliquo uino dulci sumat, nullis alijs bonitate cedit. Fabæ aut minus quidem q̄ hordeum tergent: uerum & ad coquendū sunt difficiles, & multum flatulentæ. Proinde satius fuerit pisces uesci. Fabis enim ad omnia sunt præstantiora. Erulix uero, & dolichæ, & phaseoli, multo fabis sunt deteriores: Lentes aut, tametsi succū crassum generent, non tamen omnino sunt aspernandæ, sed, cum aliorum meliorū ciborum copia non supererit, eis est utendum. Lupini similes sunt lentibus, nisi q̄ minus siccant. Cicer autē cibus est flatulentus, & concoctū difficilis, atq; excrementitius: ad mouendas tamen urinas, est accommodum: terget præterea non nihil: Eruium uero, boum magis q̄ hominū est alimentum, incidendi tamen facultate pollet, unde & ex eo medicamentū paratur, quod in ijs quæ thorace continent, expectorandis, nulli est secundū. *Βεκαπας* autē seu scenum græcum (utroq; enim modo appellat) non in cōmode alui deſciendæ gratia, ante alios cibos sumitur: cum melle quoq; eius succū exhibent, ut qui calfaciendi uim habeat ac detergendi: estq; ad utrunq; hoc ualde accommodus: quod tamen caput tentet, usus eius multus est cauendus, & aliorum omnium, quæ alui subducendæ gratia, prima mensa sumuntur. Nam bona pars eorum flatulenta est, & ad coquendum difficilis, in quibus est lupinus, erulia, & phaseolus. Pruna etiam Damascena hydrophiliti incocta præmandunt ijs, quibus extenuate diæta est utendum: uerum his alium magis deſciunt, quæ ex Iberia importantur. Ventre præterea subducunt echini marini, & concharum omnium atque annoforum gallinaceorū iuscula, neque quidquā ijs officiunt, quibus tenuante uictu uti est propositum. Meline uero seu panicum, & milium, prauū sunt succi, & flatulenta, ac concoctū difficilia. Nam alui fluxum uehementer siccant. Lobi etiam hortenses cibo adaptantur: crassi tamen sunt succi, & pituitosi: cæterum fabis minus inflant,

nec, ut hæc, detergendi facultate sunt præditi. Quid iam loquar de alijs prauis seminibus, quæ omnes etiam si non moneam, fugiant: de ipsis tantum dixisse suffecerit, solum hordeum ex cibus frumenta-
ceis, tenuanti uictui esse innoxium. Secundū hoc sunt panes clibanitæ, qui ex tritico fiunt. A reliquis uero est abstinendum, nisi quis forte pisum, uel lentem, aut alicam per magna interualla gustare uelit. Ex piscibus saxatilibus, montanisque: uiculis multum, ac copiosum potes alimentum ad tenuantem uictum accommodare. Animalia enim quæ in stagnis, ac locis aquosis, & campestribus degunt, humidiora sunt, atq; excrementosa: quæ uero in montibus uiuūt, omnia temperatura sunt
sicciora, ac calidiora, eorumq; caro minimum est pituitosa, ac lenta. Ex quibus intelligi potest, animalia omnia, quæ in montibus nascuntur, multo ijs quæ in locis planis oriuntur, esse præstantiora. Et, ut ego iudico, aues monticolæ nō modo quod aeris, sed etiam alimentū, quod nobis præstant, tenuitate antecedat, alijs auibus, quæ in locis aquosis, ac campestribus degunt, sunt præferenda. Paseres igitur, turdos, merulas, perdicēs, et reliquas id genus aues monticolas, mandas licet. Abstinent
dum autem ei qui tenuante uictu uti uolet, alijs auibus, quæ in locis aquosis uiuunt, ut tardis quas *αγιδας* uocāt, anseribus, & magnis auibus, quas sanæ & struthocamelos nominant, & alijs id genus: nam omnia hæc carnem habent excrementitiam. Mandendæ etiam sunt aues cæ, quæ tum in turribus, tum in uincis uitā agunt. Ad hæc columbæ turricolæ domesticis sunt meliores, tum etiam pari modo & apri suis domesticis in cibo sunt anteposendi: ac, ut in summa dicam, omnia quæ exercentur, ijs quæ sunt ociosa: & quæ cibis sic-
cioribus, ijs quæ humidioribus utuntur: denique quæ purū ac tenuem aerem inspirant, ijs quæ contrarium, sunt præferenda. Siquidem suum domesticorum caro, omnium aliorum ciborum firmissime nutrit. multum enim in seipsa habet lentorem, tum propter uitā desidiosam, tum propter cibi humidioris affluentiam. Verum ab his prorsus abstin-
nebit, cui propositum erit uictu extenuante uti. Quod uero ad reliquas carnes attinet, nō quibus-
uis simpliciter uescetur, sed si multum sese exerceat, licebit ei & auribus, & rostris, & pedibus suis uesci, uentre præterea, & matrice, si modo ea elixa belle fuerint. Qui autem uitam in maiore ocio ac quiete degunt, ijs nō modo eiusmodi suum esu est temperandum, uerum etiam syluestribus. Abunde enim fuerit eis auibus montanis uesci, & piscibus saxatilibus, ut puta iulide, fuca, merula, turdo, scaro, & in summa, omnibus quæ carnem habent mollem simul ac friabilem: ab ijs uero quæ duram habent uel lentam, omnino eis est abstinendum. Asellorum autem caro mollis quidem, sed non æque ac saxatiliū est friabilis: Mul-
lorum autem, friabilis quidem est, non tamen mollis. Hæ itaque duæ tibi sint notæ, de cuius-
uis animalis carne, mollities scilicet & friabilitas: quibus

quibus attentus eam animalis carnem cui utrum-
que adest, quantum uis mandas licet: cui autē neu-
trum inest, abijcias: cui alterutrum, interdū, cum
alijs cares, mandas, modo ea ad saturitatem usque
nō utare. Cum igitur saxatiles desunt, asellos, mul-
los, & alios eiusdem generis pelagicos, possumus
exhibere, & eos potissimum, qui cum sinapi man-
duntur, cuius generis est scorpius. Sunt & alia qui-
dem animalium genera, quibus altera memorata-
rum notarum inest: uerum propter alterius exupe-
rantiam, in cibo sunt fugienda. Nam anguillæ, &
mollium pars maxima, tametsi carnem habet mol-
lem, quod tamen succo lento ac pituitoso abundat,
ijs qui tenuante diæta uti uolunt, plurimū est no-
xia, idem accidit & plurimis ostræorum. Hirca autē,
& boues carnem quidem habent minimum humi-
dam, pituitosam, ac lentam: nocent tamen admo-
dum ob duritiem, & in alterando difficultatē. Ad-
hæc plurima ostracoderma, & crustata, uel prop-
ter utrumque, uel propter carnis duritiem, sunt uitan-
da. Sola autem chartilagineorum torpedo & tur-
tur laudantur, possisq; nonnunquam, in saxatiliū
penuria, ijs uti. Satiū tamen fuerit pisces eos præ-
parari cum beta trita, aut albo iure, porrum proli-
xius miscendo, & piperis portiunculam. Diæti pi-
scibus, uiribus propinquum est buglossum, & saxa-
tiles pisces, ex terrestribus uero animalibus, hirci,
& arietes, & genus omnem ouium, ac caprarum,
non undequaquam laudabilis sunt alimenti. Solis autē
hædis innoxie utare: Agnorum esus propter insi-
gnem humiditatem est fugiendus: Equorum & a-
linorum esum hominibus asininis, ut pardori, ur-
sorū, & leonum, hominibus feris permitto. Pro-
ximi asinis sunt cerui, eoq; ab eorū esu est abstinen-
dum. Caro autem leporum ad aliam uictus ratio-
nem siccantem est accommoda: ad propositā ue-
ro non admodum confert: sanguinem enim uehe-
menter crassum gignit. Ad hæc sanguis omnium
animalium in cibo est uitandus, & multo adhuc
magis in tenuante diæta. Pari modo & uisceribus
est abstinentum, sunt enim excrementitia, & ad co-
quendum difficilia, & crassi succi. Canum uero, &
uulpium carnem, nunquam equidem gustauī, nec
sane gustare unquam fui adactus, neq; in Asia, ne-
que in Græcia, neq; in Italia, sunt tamē hanc quo-
que mandī: coniectare tamen possum uim ei inesse
carni leporum similem. Nam canis, & uulpes, ut
summatim dicam, temperamento sunt sicco. Por-
rō quemadmodum partibus porcorum extremis
uesci concessimus, ita & gallinarum alis uti conce-
dimus: testes tamen, & uiscera tenuanti diæte non
competunt: corporum autem gallinarum esum,
si quis exerceatur, non ueto, & potissimum earum
que in montibus fuerunt enutritæ: qui uero non
exercentur, mandendæ ei erunt modice, non modo
gallinæ, sed columbæ etiam, ac turtures, tametsi
turtur temperamento est sicca, & potissimum que
in montibus degit, itaq; uesci quis poterit ijs inno-
xie: recens tamen non turtur modo non est man-
denda, sed nec perdix, nec alia omnia, que carnem

Galen,

habent moderate siccam, sed ubi unū diem ad mi-
nus suspenderis, ita demum mandas licet. Porro
palumbes, præterquam quod carnem habent cor-
lumbis, & perdicibus, & turturibus duriores, dif-
ficilem etiam ad coquendum & excrementitiam
habent. Perdices uero, ac turtures, neq; durissimas
habent carnes, neq; concoctu difficiles, neq; præ-
uo succo uitiosas, sed & ipsarum durities, si mor-
tuæ uno die asseruentur, facile uincitur, sunt quæ
friabiles omnino atq; in culpate. Alimentum enim
corpori dant laudabile, sanguinemq; minimum
uiscosum generant, & crassi ac tenuis mediū. Pro-
inde quibus salubris cibus curæ est, eos, ut arbi-
tror, uti his conueniet. Verum de ijs quidem di-
ctum abunde est, ad ea que restant, est transeundū.
Olerum omnium radices (ut generatim dicam)
excrementitiæ sunt, & concoctu difficiles. Solius
autem dauci, ac pastinacæ radix propositæ diæte
ut nihil incommodat, ita nihil confert. Aduersissi-
mæ autem sunt rapæ. His paulo minus aduersi sūt
bulbi. Omnium autem pessimi sunt fungi. Itaque
eorum omnium quæ gustu nullum morsum, nec
acrimoniam, nec calorem referunt, radices suspec-
tas habere oportet, unde & bliti radix uitanda,
tametsi olus hoc minime sit pituitosum. Quid iam
olera memorem, quorum non solum radices, sed
germina etiam & stipites ac folia, succum gignūt
pituitosum? Ut autem paucis rem omnē finiam,
omnes quidem radices tanquam ad coquendum
difficiles habere suspectas oportet, solæ autē acres
ac calidæ gustandæ, ut sunt allii, cæpe, & radicle,
exq; pro pharmacis potius quam pro alimentis
sunt habendæ. Atq; de radicibus hæc dixisse suf-
ficiat. tempestiuum enim iam fuerit ad fructus ar-
borum transire, quorum pleriq; sunt humidi sine
ulla siccitate, & potissimum qui non reponuntur.
In quibus ij minus sunt noxij, qui uentrem lubri-
cant, cuiusmodi sunt mora, & postea, pruna, & ce-
rasia ac ficus. Deteriores autem sūt, qui tarde per-
meant, & maxime si consistentia sint duri. Ab eis
enim prorsus est temperandum. Mandendi autem
qui ad reponendum sunt apti, qualia sunt pira, cy-
donia, & pleraq; uuarum genera, in quibus molli-
ora potius quam duriora sunt edenda: nemo tamē
ullo horum ad sanitatem utetur, quemadmodum
neq; pomis, neq; persicis, neque armeniæ, quæ
Latini præcocia appellant: & ijs multo adhuc mi-
nus sericis, quæ uocant, & myrtis, & alijs eiusmo-
di: pari modo nec mespilis, nec sorbis, quibus ta-
men recte quis ad alia utetur: ad uictum autem ex
tenuatē non sunt accommoda, & potissimū me-
spila. Ut autem summatim perstringam, quæ ue-
hementer sunt austera ac pontica, huic uictus rati-
oni sunt aduersa. Soli autem uentris fluxus, aut uē-
triculo, stomachouē imbecillis conferunt. Porro
inter ea quæ in hyemem seruari possunt, caricæ,
ac nūces tum ad id sunt accommodatissimæ, tum
etiam nihilo minus ad propositam nobis uictus ra-
tionem. Pistacia præterea, & amaræ amygdalæ,
haudquaquam sunt improbandæ: his duriores sunt

Tom. 2

g

nūces

nuces ponticæ, nullamq; abstergerendi ex uisceribus excrementa habent facultatem. Castaneæ uero siue elixentur, siue assentur, siue deniq; frignantur, semper sunt prauæ, & multo magis, si crudæ mandantur. Oliuæ autem, quod ad propositam diætā attinet, medium quodammodo sūt edulium. Proinde neque eas magnopere commendare possim, neq; damnare, quemadmodum nec uuas peniles. Quæ uero in uinaceis seu *hypurios* conduntur, uentriculi quidem imbecillitati conferunt; præfenti autem scopo, haudquaquam: & his adhuc minus, quæ in uinis conduntur. Vux passæ si non sint adstringentes, lienī quidem & hepatis tummentibus non conducunt; thoracis tamen ac pulmonis affectibus conducunt. noxia etiam sunt mala punica, si fuerint pontica, imbecillum tamen uentriculum iuuant. Atq; etiam de alijs arborum fructibus, si ad memoratos iam contuleris, licebit similiter pronunciare, siquidem duri omnes ac potici, sunt prauī; reliquis uero moderate uti poteris. Quod si quis existat, qui in uarijs sui partibus sapores habeat diuersos, partes quidem acidæ & acres sumendæ; alijs autem temperandum. Multos sanè eiusmodi reperiās, ut malum medicum, quod etiam citrium nominamus, quippe cuius cortex est acris; acidæ autem pars intima, eius caro pituitosa ac crassi succi. Quæ in aceto & muria conduntur, ea tantum à pristinis uiribus esse immutata, sunt putanda, quantum à conditura fuerint alterata. Quod fit, ut, cum acetum & muria ex eorum numero palam sint, quæ incidunt ac tenuant, pisces aridi atq; exucci, humores crassos ac lentos uehementer attenuent. Eligendi tamen sunt, qui natura carnem habent mollem; fugiendi uero cetacei, & eis adhuc magis ipsa cete. Quod si quis penuria melioris uesci his uelit, uel alioqui appetat, *ἀποθήκη* id est, condimento aliquo acris (cuiusmodi est, quod ex sinapi uel oleo & aceto solo fit) erit utendum. In summa autem, ciborum omnium id est commune, ut qui in memoratorum quopiam conduntur, aut parantur, extenuanti uictui maxime conferant. Proinde qui hoc uictu uti uolet, licebit ei ijs omnibus uesci, si ex aceto aut oxymelite fuerint præparata: tum alijs etiam plurimis eorum, quæ succo omni exhauriri queunt. Quin & suilla ipsa ex uacca tuto uescetur, quæ utiq; alioqui esset uitanda, ut quæ succum crassum ac lētum generet. Cum de ijs abunde tractauerimus, reliquum est, ut de melle ac uino differamus, & prius de melle, quod utiq; non modo reuera ciborū est dulcissimum, sed succum etiam consistentia tenuissimum gignit. Quod uero ad uina pertinet, quæ dulcia admodum sunt, omnia sanguinem crassum gignunt: nigra namq; hæc sunt, & consistentia crassa, & ijs adhuc magis sireon quod uocant, id est, sapax: est autem id multum plurimum coctum. Sunt qui & ficuum siccarum decoctum ita nominent. Est autem decoctum id prauo melli adsimile, habetq; & ipsum incidendi uim quandam, in eo tamen à melle plurimum superatur, ut parum ablit,

quin tenuantium specie excludatur. Porro ficus exacte maturæ, ex medio ciborum sunt genere, quod genus succos neq; condensat euidenter, neque tenuat. Aliæ uero omnes hoc genere sunt inferiores, quippe quæ nondum satis maturuerint, ut uinum musteum, crassi sunt succi ac frigida, præterea ad concoquendum difficiles & flatulentæ. Id tamē eis inest commodi, ut celeriter permeent, ob idq; ipsum haud multum officiant. Eiusdē sunt naturæ uux dulces, & his adhuc magis palmulæ, quarum quæ in Alexandria, Cypro, Lycia, & Cilicia, proueniunt, condi omnino nequeunt, sed ut sunt, manduntur, quod propter superfluum humiditatem celeriter putrescant. Aliæ uero quæ condi possunt, minus sunt noxiæ, crassum tamen & ipse succum gignunt. Proinde ipsarum esus in proposita uictus specie est fugiendus. Quod uero ad uina attinet, quæ clara sunt ac pellucida, coloreq; pallida ac flaua, ea forte minimum dulcia inueniās. Præterea nullum album dulce comperies, quæ admodum nec flauum quoduis, admodum est dulce. Cæterum eiusmodi omnia, sanguinem consistentia gignunt mediocrem. Quæ uero crassa simul sunt & nigra & dulcia, crasso sanguine uenas refertiūt: at alba simul & tenuia, humores crassos incidunt, & sanguinem per renes purgant. Quæ uero inter hæc consistentia sunt media, ut sunt flaua simul ac dulcia & splendida, uiribus etiā quodammodo sunt similia, ut quæ neq; ut crassa, sanguinem crassum generent, neq; ut alba, per urinas secedant. Sunt autem uina apud omnes gētes plurima, celebrantur tamen in primis Ariulium, Lesbium, Falernum, & Tmolites, quibus semper intentus, media deliges, quod omnia sanguinem bonum & consistentia mediocrem generent. At quæ odora sunt, & alijs uinis calidiora, ea merito caput tentant. Quocirca uitanda eiusmodi ijs erunt, qui cephalæa, aut hemigrania, aut alia cephalalgia laborant, ut epileptici, & maniaci, & ut in summa dicam, omnibus quibus caput infestatur, sunt fugienda. Affectus uero omnes thoracis ac pulmonis, qui diuturni sunt & sine febre, à uinis eiusmodi multum iuuantur, & potissimum qui humoris per sputa expectoratione purgantur. Non enim incidenda tantum sunt, aut calefacienda, quæ belle sputis sunt expectoranda, sed moderate etiam humectanda, ne tandem siccata sputa, ac lenta reddita, tussis excitent, exitusq; uiolentia, uas aliquod in ruptionis discrimen adducatur. Quamobrem quæ uina sunt crassa & dulcia, propterea quod humiditatem habent crassam, & ob id ipsum perdurantem, in thoracis ac pulmonum affectibus, si cū tenuantibus medicamentis adhibeantur, multum adferent commodi; uerum nec acerbam, nec austeram, nec omnino adstringentem uim eis inesse, sed ad melleam magis odore ac gustu & uiribus omnibus spectare ipsa cōueniet. Eius generis est, quod in Pamphylia prouenit, tum quod Tmolitem appellant (abunde enim fuerit eorum quæ dicimus uelut normam & scopum subiecisse, in quem in-

centus

tentus omnia similia ex eo inuenias ac diiudices.) A Optimum sanè suorum congenerum id est, cuius tamen si copia non sit, uti licebit Thereo, & Protropo, & Thyriño, & Carino. Nigri autem dulcis simul & austeri exemplum petes ab eo uino, quod fert Cilicia, quippe quod Aegeatem nominant, omnibus utiq; thoracis affectibus, de quibus nunc agimus, est noxium, & eo etiam magis, quæ uehementer sunt acerbæ. Porro non omnia dulcia nec ea quæ exiguum habent dulcedinem, sunt aspernanda, quæ tamen si multis in locis proueniunt, plerisque tamen sunt incognita, adeo, ut neque mercatores ipsa studiose coeant, nec apud perfectores magno in pretio sint. Solum autem uinum ponticum in conuiuijs, aut nuptijs, aut sacrificijs, aut alijs ce-

B & tarde permeant, ambasque excretiones morantur, tum eam quæ fit per anum, tum quæ per uescam; hærentque in hypochondrijs diutissime; & facile accedunt; nauseamque prouocant. Soli autem uentri fluenti conferunt, idque si moderate sumatur. Eiusmodi uini in locis Aegisoliæ campetribus magnus est prouentus, cui simile aliud est, quod iuxta urbem quandam Pergamo uicinam habetur, quo utique omnes eius regionis incolæ propter consuetudinem citra molestiam utuntur. nam debito modo sumptum sitim extinguit: lædit autem omnes qui ei non assueverint; corpora tamen bibentium euidenter nutrit; cui rei argumento sunt incolæ iuuenes, qui in palæstra, bonæ habitudinis comparandæ gratia sese exercent: utuntur enim hoc uino in potu non aliter, quam suilla in cibo.

CL. GALENI DE PTISANA LIBER

IOANNE POLITO INTERPRETE.

P

OSTEA QUAM haud pridè aliquot inuenissem medicos, qui ptisanæ cremorem porrexerint quidem languentibus: non tamen declararint quibusnam

neque sorbitionis assumendæ accommodatum tempus assignarint; uerum ubi ubi libuerit, usum eius statim opportunum esse autumarint: Visum mihi est, quæcumque ab Hippocrate obscurius de ptisana recensentur, hæc ipsa multorum nomine interpretari, simulque enarrare elixandi rationem, tum huius uim, actionem, occasionem, mensuram, porrigendi modum, tum quot afferat emolumenta, si rite decumbentibus propinetur; quantam rursus ipsa dem noxam, si inopportune exhibeatur: ad hæc quibusnam corporibus hanc dare conueniat, quibusque minime conducat. At quoniam complicata quædam res est ptisana cum eius cremore, ex hoc deo namque probe tuso, id est extenuato, atque aqua & nonnulla coctione conficitur; ergo primum huius partes per capita commemorare decreui. Ni enim quispiam hæc antea perpendat, apprime utique læserit. Deinceps itaque & reliqua omnia, nobis ex acie pensil habebuntur. Quod igitur optimam aquam, in ptisanæ confectionem electum iri, necessum sit, neminem ambigere arbitror. Porro probatissima aqua, tum substantia, tum gustu, tum odore, tum colore discernitur. E gustu quidem atque odoratu, ut nullam exoticam referat qualitatem: hoc est non existat dulcis, non salis, nec acida, aut acris, non grauiter olens, uel putris, neque penitus ullius acquisitæ qualitatis particeps, sed prorsus

Galen.

C simplex, ac citra omnem alienam qualitatem atque immistionem, quæ uel gustu, uel olfactu deprehendatur. Oportet præterea, pellucida sit, pura, minimeque coenosa; sed ueluti exquisitè colata, frustillorumque innatantium expers. Siquidem huiusmodi aqua usui accommodata est: natura uero haudquaquam sic sincera existit, perinde ac ne ullum quidem aliud sensilium elementorum. Ceterum si quo pacto dixi, aqua fuerit, illico tenuium est partium, facilis & concoctu & distributu, atque præcordia subito transit: nec solum non difficilis est alteratu, appropinquans caliditati naturali, sed & igni externo admota, breui calefit. Testis quoque huius orationis Hippocrates est: quippe aquam quæ celeriter calescat, rursus quæ euestigio refrigeretur, hanc leuissimam esse existimat. Porro non ponere leuem diiudicat, uerum quæ tenuium sit partium, nec grauati contrariam admittat qualitatem. Huiusmodi sanè aqua tum frigida est, tum humida, proprieque aqua nominatur. Quæ uero uel substantia, uel qualitate, ab hac degenerant, ut sunt bituminosa, sulphurea, aluminosaque, tanto ab huius discedunt natura, quanto alienata sunt. Expectis autem uel demonstrationem, quinam scilicet aqua infrigidet, madesfaciatque: atqui id explicari non est præsentis sermonis, nimirum cum de ptisana dicere decreuerim. Verum quod aqua frigida sit & humida, præsci uniuersi indicarunt: atque ipsa experientia suffragatur. Ergo cum omnia in ratione ista conueniant, hanc aquam assumito. Porro nunc in hordei enarratione deueniamus. Hordeum itaque sanè generaliter acceptum, refrigerat atque exiccat. Habet autem quippiam deterius ui ac inflationis: utriculorum namque surfuraceorum ratione, & aridius existit, & magis abstergit. Quod uero in eo uelut carnosum est, atque nutritius

Tom. 2

g 2

tergite

tergit quidem uel id, sed minus fursure. Inest etiam huic quippiam inflationis. Ceterum altera membrana tenuis, quæ à fursure plus interna est, hordeumque inuoluit, ipsa mediocris inter hæc uiribus est: ideo abstergit fursure minus, potius autem hordeo. At optimum hordeum sermone nostro subaudiri necessum est: quod uidelicet nil adscititiæ putredinis aut redundantis humiditatis contineat: non nimis recens, uel plus æquo uetustum sit; Nam recentius fecundum est superfluo madore, quem ex regione contraxit: plenum humiditate, atque spiritu refertum. Vetusius uero diutino tempore exhaustum, imbecilleque sit, ac suis destituitur uiribus. Indicio autem fuerit, corrugatio huic enata, magnitudinisque eius imminutio, & quod dum inciditur, uelut friatum emittat puluerem. Prestat igitur integrum eligere hordeum, in pitana conficienda: nempe quod haud plus iusto recens uel uetus sit, omnisque adscititiæ qualitate expers. Atqui ne hoc quidem solum suffecerit, quin & experimēto id explorare conueniet: quippe si ad nunc memorata, dum elixatur, in tumorem quoque affatim attollatur, sumendum tibi profecto fuerit in pitana coctionem, dummodo hac ratione (quatenus liceat) construere tibi certum sit. Iam sanè quænam optima aqua, quoque pacto hanc discernas, tum quod probatissimum hordeum, & quibus id agnoscas indicijs, summatim recensuimus. Reliquum dicendo tertium est, utique coctio. Construunt sed enim nonnulli pitanam, mortario prius hordeum in exiguas infringentes partes, dein subito coquētes adijciunt elixationem * alij uero amyllum, sunt qui cyminum & mel. Sed uitiōsa id genus confectio est. Verum præstantissima, quamque merito cōcinnas, huiusmodi fuerit: Primum hordeum crudum in aqua macerato, deinde manibus adeo terito, ut tenuis membrana cōspiciatur: post hæc iterum manibus eatenus scilicet ualenter conterito, ut quodque glutinosum excutiat. Atqui sicui est animo, hanc plus absteruiam efficere, satius fuerit eam simul cum membrana decoquere. Fit autem elixatio hoc modo, ut scilicet hordeum primo diu cogatur; mox ad mollem quoque ignem, donec multum succulētum reddatur. Sic sanè elixata, quicquid inerat flatuum deponit, atque cuncta nanciscitur commoda, quæ attestatus est Hippocrates. Siquidem uiscidum eius (inquit) lene, continuum, & blandum est, lubricum, modiceque cum humore flaccidum; sitim obrepere non sinit; & (dummodo eo usus sit) facile infernis elabitur: neque adstringit, aut moleste uellicat: nec dum in uentre est, in tumorem eleuatur: nimirum cum iam in elixatione tumuerit, quatenus uel maxime tumescere natum erat. Quod uero pitana nil contineat glutinosi, aut obstructioni aptum, (ueluti uniuersa cætera quæ lenta sunt) perspicuum est. De tergit namque non sordem corporis solum, sed & exhibita pituitosum quoque in uentre humorem expurgat. Porro abundans decoctio, exacta que mistorum unio, hunc apparentem efficit lentorem.

id est
pitana

A Atqui nec euidentis eius uiscidum, ullam sanè habet asperitatem: uerum lene penitus, atque æquale est: quinimmo & continuum: siquidem nullius adstrictionis, aut a credinis (e quibus asperitas nascitur) particeps existit. Lene autem necessario continet, non modo tactu, sed & ipsa potentia: quippe alia lenta (quemadmodum sunt oleum, mel, atque reliqua) tangenti tibi lenta uidebuntur, & æqualia, nihilque inesse inæqualitatis, ut scilicet aliquod tenue, aliud crassum, aut diuulsum, seu diuisum sit: atque ex hoc cernuntur lenitatem tactu possidere, in alia autem quapiam actione facultateque haudquaquam. Sedenim illa admota, neque uniuersas corporis particulas iuxta & continue secum trahunt, uerum dissident in hoc ab inuicem omnium uiscidorum partes, præter pitanam. Hæc namque à tactu lenis existit, continua, diuulsionisque expers: atque talis ipsa consistit potentia. Illa utique gustu nullam referunt suauitatem: Hæc uero inter alia & saporis quoque quiddam dulcis, blandique exhibet, ac potissimum egrotantibus. Iam tamen panis reliquis præstet uirtute, atque & is iniucunditatem multam habet, & si maceretur aqua (ut sanè indiget mansum.) Rursus uel hac parte pitana longe superior fuerit, cum ne ullam quidem dum manditur, inferat insuauitatem, habeatque quoddam lubricum, id quæ maxime huius succus: nec opplendo quippiam in transitu relinquat, ueluti cuncta tenacia (hæc dempta) facere solent. Siquidem hæc, quod ei detergendis uis insit, facile in partes secundum thoracem commeat: sic & ad excretionem, digestionemque idonea est, atque maxime his, cum quæ assumunt, grauius iecoris partes transeunt. Ceterum flaccida moderate existit, id est madida, ac sitim abigens. Madidum utique ex aqua nanciscitur, ueruntamen id ipsum quoque contractum, ob hordei uidelicet naturam modice siccantem. Nam quod ex dissidentibus complicatum est facultatibus, ascititiā quamdam naturam sortitur, atque ab extremis alienū est. Sitim autem reprimat, ceu humidum, atque eandem (quantumuis humiditate inferior sit) plus aqua compescit. Porro quod citius digeratur, quod ob eius lentorem firmam quandam habeat humiditatem, quodque præterea frigida sit, horum inquam nomine, febribus ardentibus accommodatissima est. Nimirum his omni ex parte opponitur, refrigerans scilicet & humectans, ac succos putridos detergens, atque non parum alimenti corpori cōferens: semiputres uero succos concoquens, & incommodum humorem transmutans. Hæc autem uniuersa adipiscitur, cum interim nullius adstrictionis, aut uentriculi euerfionis particeps sit.

* Lenis autem est, non solum dum tangitur, uerum etiam sua ipsius tum actione, tum facultate. Est uero blandi saporis, hoc est nullam habens insuauitatem, humidam, atque ob præsentem lentorem sitim arcet. Quod autem lenis, madida, iucundaque sit, adstrictionis, aut alterius ualidæ qualitate expers est. Et inter cætera omnia, quod commodum elixata sit, sitim obrepere uetat.

uetat. Ergo cum sic se habeat, acutis febribus admodum conueniens fuerit. Nec ea tantum gratia, quod his undequaque repugnet: sed quod è maxime concoctilibus sit, ac in nulla non qualitate imbecillima, digestuque facilis, atque ob deter-
suiam uim, putridos succos lustret, semiputres autem concoquat. Verum haud nude, in morbis hanc porrigere expedit: sed circumscriptionibus multis opus est. Neque enim periculi discrimine laborantibus eam dare conuenit: nec his qui indigeant uenæ sectione, aut purgatione, aut quopiam clysteri: nec quorum uenter excrementis redundat, aut ingenti quodam cruciatu turbatis; minime tamen his, qui medicinalibus fomentis, uel sanguinis imminutione, uel purgatione indigeant. Contemplandæ porro sunt, tum occasio, tum ex-
hibendi mensura.

* Sanè itaque si quispiam semel uesci assueuerat, & huic unicam exhibebis potionem: sin uero bis in die nutriebatur, duplam efficies portionem. Adcrementum autem sorbitionis, que adiectio, nequaquam in aridioribus morbis admittenda est: siquidem hi ualidiores ptisana potiones expetunt, quæ scilicet uberius madefaciant. Sunt uero morbi sicci, *πλευρίτις*, id est lateris dolor: *πνευμονία*, id est pulmonia: ac in uniuersum, qui in pectore consistunt: cum uidelicet nullum sputum reddatur. Hi etiam qui in iecinore, uentre, & intestinis sunt, nimirum dum aut nihil excernetur, aut durum, nec ut necessum erat, aut dignum memoratu. At quæ in arterijs & uenis contingunt ariditates, hæc tum lingua, tum externo colore perspicuæ sunt. Sic & qui in capite sunt affectus, patent, dum nihil uel palato, uel naribus expurgatur. Pari modo sicca phlegmones, atque hucera existunt, cum haud quicquam secernant saniei. In huiusmodi igitur ægritudinibus ptisanam conficere minime conuenit: nam has humectare nequit: proinde cum non nimis madida sit, atque idcirco his morbis parum conferat utilitatis (utpote multam ualidamque exposcentibus humectatricem facultatem) hinc è repletionis quoque offensa, corpo-

Galen.

ra tentaret. Cum uero corpus humidius extiterit, ac ex pulmone quippiam sputi procedat, augenda atque adijcienda ptisanæ exhibitio fuerit: hæc nanque madefaciens, iuxtaque incidens largam in corpore humiditatem, afferendo scilicet huius particulis, ob syncerum alimentum, robur, breui animal ab turbante malo succo explicat: quippe cum ambo conueniant, uitiosa excrementa facile expurgantur. Sed ne ullum quidem alterum datur inuentu, quod siue ut medicamentum, seu tanquam nutrimentum exhibeatur, horum amborum compos sit: siquidem aut modice attenuando, humens præbebit alimentum, ueluti sunt panis, alica, oua, & pisces: aut si incisius fuerit facultatis, & madefacere & nutrire neutriquam poterit: sicut est acetum mulsum, & siquod id genus aliud. Verum hos usus omnes ptisana completur. Atqui hæc ipsa nil sanè emolumenti conciliabit, si circa circumscriptionem adhibeatur: quin potius si porrigatur, uel exitij causa constituitur: nempe cum excrementorum purgationis nomine, clysteri indigeat ager: uel uenæ sectione, sanguinis redundantia ergo: cum scilicet dolor ex repletionem nascitur, si tum ptisana afferatur, utique causa interitus fuerit: forsan duplam quoque efficiens repletionem. Eapropter haud expedit hanc febre affligente, propinare, siue hæc cum cruciatu sit, siue eo careat. Sed neque si paulo ab nutrimento (antea quam inferius excernat) febris homo corripiendus est. Huiusmodi autem circumscriptiones, non ad succum solum, sed ad ipsam etiam ptisanam attinent. Quibus itaque emolumento fuerit, his non conueniet hanc illi co porrigere: at primum dumtaxat succum, uel succi quiddam uberius: ptisanæ autem parcius: mox utrunque ex æquo: tandem eam solam: pro comperto habens, ptisanam in robur, corporisque alimentum, maximopere conferre. Cremorem uero facilius esse tum operationis, tum concoctionis, digestionisque. Hæc habui, quæ de ptisana summatim referrem: quod agnoscas & moderatum eius usum, & necessarias circumscriptiones.

Tom. 2

g 3

CL. GALENI DE PARVAE PILAE EXERCITIO

VALERIO CENTANNIO VICENTINO
INTERPRETE.

155

VAM quidē ad bonā ua-
letudinem cōferant exer-
citia dē Epigenes, quāq; ip-
sa opus sit cibaria antece-
dere, ab antiquis prae-
stantissimis, tum philosophis,
tū medicis sufficienter tra-
ditū est: quā uero illa, quae
ex parua pila habetur ex-

ercitatio alias oēs excellat, hoc nondum satis prio-
rum quispiā explicauit. aequū igitur est, ut qd' hac
in re sentimus, id nos in mediū alteramus. tu autē di-
ctorū eris iudex: quippe qui omnium optime eius
artē exercueris. at uero ipsi sanē utilia dicta esse ui-
debuntur, quibus uel tu cōmentariolum hūc fue-
ris impertitus, ea nanq; (ut arbitror) omnium cōdu-
centissima est exercitatio, quae non modo corpus
fatigare, uerum etiam animā oblectare possit. &
profecto qui leporū, ceruorum, aprorū, ceterorūq;
id genus insectationē, nec non aliam quālibet ue-
nationis formā adinuenerunt, uoluptate, oblecta-
mento, & cupiditate laudis, horū laborem tēperā-
tes, illi sapientes, & humanae naturae peritissimi ex-
titere, tantū em̄ in ipsa potest motio animae, ut &
multi prae sola laetitia morbos euaserint, multi etiā
prae moerore agrotauerint. neq; ulla est tam uehe-
mens corporis passio, ut affectiōes animae uincat.
non igitur paruipendere oportet huius motiōes:
quales nam sint: immo uero lōge magis q̄ corpo-
ris motus obseruare: tum alijs de caulis, tū q̄ cor-
pore dignior sit anima, hoc igitur omnium, quae ex
hilaritate cōstant, exercitationū cōmune. alia ue-
ro earū sunt propria, quas nobis ex parua pila cō-
paramus: quae nos nunc exponemus. Principio
II quidem adest facilitas. si igitur cōsideraueris quā-
to cgeant apparatus, & ocio, tum cetera omnia ue-
nandi exercitia, tū quae lepores, ceruos, apros, atq;
id genus alia, canibus insectando fiunt, tibi mani-
feste cōstabit, neq; ciuilibus addictos negocijs, ne
que artifices ipsos ad huiuscemodi exercitia acce-
dere posse: multa em̄ haec, atq; admodū liberū ho-
minē exposcunt. hoc autē solū adeo familiare est, ut
ne quidē infimus eius indigeat apparatus: non em̄
retibus, non armis, nō equis, non uenatorijs cani-
bus, sed pila sola, et quidē parua, opus est. adeo ue-
ro actionū aliarum rationē habet, ut earum nullā
sua causa nos deferere cogat. quid uero unquā cō-
modius esse possit, q̄ quod et humanā fortunā om-
nem, atq; actionē admittat: uti nanq; uenandi ex-
ercitijs nobis nō adest facilitas: diuitias em̄ instru-
mentorū apparatū suppeditantes, ocīq; liberum
opportunitatē attendēs exigūt: paruae autē pilae ex-
ercitationis instrumentorū apparatus uel infimis

156

(ut dictū est) facilis existit: atq; utendi occasio uel
plurimū negocijs addictos expectat. cōmodū igitur
est, qd' in huiuscemodi exercitatiois facilitate cō-
sistit, tale est. eam uero aliarū omnium quam integer
rimā esse, hinc potissimū cognoueris: siquidē ipsa
rum uniuscuiusq; uim, & naturā intueberis: alias
enim singulas inuenies, uel uehementes, uel mi-
tes, uel corporis inferiora magis, uel superiora,
uel praeter ceteras partē aliquā, ut ilia, caput, ma-
nus, aut thoracem mouentes: quae autem omnes
corporis partes aequaliter moueat, possitq; & in su-
mam uehementiā tolli, & in minimā motionē de-
primi, aliarū nullam inuenies, illa excepta, quae ex
parua pila habetur exercitatio: haec inquam cōci-
tatissima uicissim, & tardissima, & ad placitū, utq;
corpus tolerare uisum fuerit, uehementissima, &
remississima fieri cōsueuit. sic uero & simul omnes
corporis partes, cū hoc prestare uisum sit, & quab-
dam praeter ceteras, cum hoc itidem uideatur, mo-
uere licet: cum em̄ inuicē congregiētes, seq; ne cō-
stitutus in medio pilam excipiat, mutuo uerantes
laborauerint, maximū id, uehementissimūq; est,
multis utpote colli obuersionibus, multisq; palae-
sticis occurribus cōmistum: adeo ut & caput, &
cervix, colli obuersionibus, latera uero, thoraxq;
& uenter, faciei elationibus, ac depressiōibus, ex-
pulsionibusq; ac obnixibus, alijsq; palae-
sticis ritibus fatigentur. eodē autē exercitationis genere,
iliaq; uehementer, ac incessus fundamenta crura
tenduntur. progressus uero, & in obliquū saltita-
tio non paruum est crurū exercitium: immo re ue-
ra id solum est, quod omnes eorū particulas summa
cum iustitia moueat. dum em̄ procedimus, aut re-
cedimus, aut nos in obliquū transferimus, alij atq;
alij nerui, ac musculi plus fatigantur. quicūq; etiā
uno motionis genere crura mouet, quemadmodū
qui sine ratione cursitant, sic quoq; non secus, q̄
qui crebro sese in obliquum transferunt, partes in-
equaliter exercet. uerum qui eademmodū cruribus,
sic & brachijs, exercitatio haec summa cū iustitia p-
priū partiū opus: siquidē in omni figura pilae exci-
pere cōsueuerūt. hic em̄ necesse est, figurarū uarie-
tatē alios atq; alios musculos uehementius tēdere:
adeo ut oēs uicissim laborantes, intermissionē his
habeant equalē, qui dum alij operant, quiescunt:
atq; ita uicissim oēs operantes, & quiescentes, neq;
segnes omnino relinquātur, neq; soli laborātes las-
situdine corripiant. q̄ autē & oculos exercere opor-
teat, hinc uidere licet: si animaduertimus q̄ nisi
quis, quod uergat pilā, diligēter praeuiderit, quo mi-
nus eam attingat, ipsū aberrare necesse est. In hoc
autē & consiliū aequale sollicitudini paret opus est,
tum illā ne humi incassū deiciat, tum ut uersantē
in medio

in medio eandem assequi prohibeat, uel ipse transmissam rursus excipiat, atqui sollicitudo corpus sola quidē extenuat, cuiuspiam uero exercitio, ac laudis desiderio commissā, utpote in lætitiā deficiens, ad bonam corporis ualetudinem, atque prudentiam plurimum confert. illud autem exercitium non modicum præstiterit usum, quod ambo corpus uidelicet, atque animum, pro sua utriusque uirtute iuuare possit. quod autem maximis ambo exercitijs afficere possit, ad quæ militum imperatores potissimum accedere ciuitatis reges legibus iubent, uidere non est difficile. hostem etenim oportune inuadere, atque inuadendo latere, nauiterque provinciam suscipere, aduersariorumque res, uel ui, uel extemporario aggressu sibi suas facere, ac parta tueri, optimi est imperatoris; atque, ut simpliciter dicam, exercitus imperator, & custos, & fur egregius esse debet. artis enim illius uniuersa hæc est summa. Nunquid igitur aliud quidpiam exercitium æque idoneum sit, hominem ut instituat, aut parta defendere, aut præcipitantia restituere, aut propositum aduersarij præuidere? mirum profecto, si quis dixerit aliud quidpiam inueniri; multa nanque ipsorum contrarium efficiunt; ignauos siquidem, & somnolentos, ac sensu hebetes reddunt. etenim quicumque in palastra laborant, ad crassitudinem potius quam ad uirtutis studium excitantur; multi siquidem crassitiem adeo contraxerunt, ut uix respirare possint. huiusmodi sanè homines, nec militis, nec regis negotijs, aut civilibus utiliter præfici possent. suis potius, quam illis, rem quamlibet mandare quis possit. Forsitan autem existima ueris me cursum, & quæcunque corpus extenuant, exercitia probare: uerum hoc secus habet; ego enim quod immodicum est ubique damno, atque omnem modice tractandam censeo: quod siquid mensura caruerit, pulchrum illud haudquaquam fatebor. Cursus igitur minime laudauerim; quippe qui corporis habitum extenuent, hominemque ad fortitudinem nullatenus assuefaciant, non enim celeriter fugientibus uictoria debetur, sed ijs, qui cominus ualeant obdurare. neque quod celerrime currerent Lacedæmonij plurimum potuerunt; sed quod hostes persistendo trucidarent, quod si cursus quam bonæ profit ualetudini quæsieris, quatenus corporis partes inæqualiter exercet, eatenus salubris non est censendus. Necesse est enim in hoc alia quidem nimis fatigari, alia uero penitus torpere, quorum neutrum conducit: immo uero ambo morborum gignunt semina, uiresque imbecillas reddunt. IIII Exercitium igitur id potissimum commendauerim, quod bonam corporis ualetudinem, ac partium cōcinnitatem, unaque animi uirtutem præstare possit: quale illud est, quod in parua pila consistit; animum etenim undique iuuare potest, omnesque corporis partes pari modo maxime exercet id quod & ad bonam ualetudinem plurimum confert, & corporis habitus cōmensurationem efficit: utpote quod crassitiem nullam immodicā, aut gra

acilitatem afferat: quin potius actionibus robore, aut celeritate indigentibus sufficiens sit, atque idoneum. Quantum igitur ad uehementiam attinet, nullo omnium est inferius. Molliciem autem deinceps uideamus; hac enim aliquando indigemus: aut propter ætatem, quæ maximos labores, uel iunior nondum ferre, uel antiquior iam facta non etiam sustinere ualeat; aut quod lassitudinē cōsulare uelimus; aut quod à morbo conualescamus. in ea quoque (ut mihi quidem uidetur) reliqua cuncta excellit: nullum est enim adeo lene, modo leniter ipsum tractaueris. oportet autem ipso medium te locum obtinentem, nulla ex parte ab eo, quod modicum sit, declinātem, nunc quidem sensim procedendo, nunc uero loco stando, ac denique membra non admodum agitando uti, molliibus postea ex oleo frictionibus, calidisque balneis uteris. Hoc quidē omnium est remississimum: adeo ut & quiete indigentibus utilissimum atque ad imbecillas uires reuocandas ualentissimum, senique, ac puero sit conducentissimum. Quæ uero hoc quidem laboriosius, mitius uero quam quod uehementissimum sit, in parua pilæ exercitio fieri solent, ea quoque cognoscat opus est, quicumque ipsa recte semper tractare uoluerit. Etenim si quando ob necessaria negotia, quibus persæpe detinemur, aut supernas partes omnes, aut infernas, aut manus duntaxat, aut pedes immodice fatigaueris, tibilicet exercitatioe huiusmodi partim quidem sistere, quæ prius laborarunt, partim uero quæ antea penitus torpuerunt, ad parem illis motionem ducere. Siquis enim è multo interuallo crurū opus, aut nihil, aut omnino parum admittens, magno cum conatu proficiat, inferna quidem sistit, superna uero uehementius mouet. quod si plerumque, ac celeriter cursitas, è multo interuallo perraro pilam proiecerit, inferna magis fatigabit. festinatio insuper, ac celeritas in ea reperta absque graui conatu, anhelitum magis exercet, alterum uero, receptio uidelicet, ac transmissio, exceptioque absque celeritate, corpus magis intēdit, ac roborat. at si uehemēs conatus, unaque festinatio fuerit, hoc & corpus, & anhelitū magnopere fatigabit, eritque omnium exercitiorū uehementissimum. Quousque autem pro singulo quoque usu intendenda, aut remittenda sit exercitatio, scribere quidem impossibile; neque enim fieri potest ut uniuscuiusque quantitas explicetur, in opere tamen ipso adinuenire, atque ostendere possumus; in qua sanè uis tota maxime consistit. nihil enim prodest qualitas, ubi quantitate labefactetur. hoc igitur sit curæ pædottibæ, qui exercitationi sit præfuturus. Reliquum autem sermonis nostri absoluat. animo est enim præter bona quæ mihi dicta sunt, huic exercitio non nihil etiam addere; neque ullo pacto, quod citra pericula sit, quibus aliorum plurima sunt obnoxia, missum facere. cursus enim celeres rupto uase præcipuo multos iam dudum perdidere. itidem & uoces magnè pariter, ac uehementes, uno tempore affatim emissæ maxima detrimenta non paucis attulere. uiolenti

quinetiam equitatus circa renes, sæpe quoq; circa A thoracem aliquid fregere; nonnunquam etiam seminaris meatibus noxam intulere. taceo equorum delicta: quibus sæpe à sella delapsi equites illico sunt pernecati, eodem pacto & saltus, & discus, & quæ per flexiones fiunt, exercitia se se habent. Quid autem de ijs dicendum qui in palaestra versantur: quam omni ex parte, non minus quam quæ apud

Homerum, lesi sint. Quemadmodum enim ille inquit poeta claudas, rugosas, atq; oculos distortas esse preces: sic eos, qui in palaestra versantur, uel claudos, uel distortos, uel fractos, uel omnino mutilos uideris. Cum igitur præter bona quæ dixi, id quoq; accedat parue pilæ exercitio, ut scilicet neque periculo sit obnoxium, aliorum omnium ad usum optime patebit.

CL. GALENI LIBELLVS DE COGNOSCENDIS CVRANDISQVE

ANIMIMORBIS QVAS PERTVRBATIONES

LATINI APPELLANT.

BERNARDO DONATO VERONENSI
INTERPRETE.

P

Ostquam etiam in com- B mentariū redacta tibi habere uis ea, quæ olim tibi respondi, cum interrogasset nos de libello, quæ Antonius Epicureus scripsit de subsidio aduersus proprios affectus, hinc iam hoc ipsum agam, hincq; initium sumam. Optimum quidem factum fuisset, si ipse Antonius aperte explicasset, quid tandem subsidij nomine uellet significari. ut uero ex ijs cōiecturam facere licet, quæ in ipso libro memorat, uidetur mihi eo uerbo, aut obseruationem, aut diiudicationē intelligere, aut etiam correctionem. Siquidem ille, ut nosti, pleraque eorum quæ dixit, ita obscure elocutus est, ut conijcere longe facilius sit quid dicat, quam planè percipere. modo enim nos hortari uidebitur, ut cogitemus, nos quoque ipsos similiter ac ceteros peccare, modo autem quo pacto singula quæ ab unoquoque peccantur, unusquisque diiudicet ac dignoscat. modo quæ ratione quis seipsum à peccatis abducatur. quod quidem mihi eiusmodi orationis uniuersæ caput esse uidetur. cetera uero omnia inutilia planè ac superuacanea sint, nisi ad hoc ipsum referantur. oportet autem in ijs maxime infortunijs, quæ propter peccata eueniunt, seipsum corrigere. nam illi us interdum quasi de solis affectibus oratio est: plerunque tanquam de peccatis; nonnunquam de utrisque tibi disputare uidebitur. ego uero hoc ipsum primum, ut nosti, iam pridem distinxī, cum peccata quidem ex falsa opinione committi affirmāui: affectum uero seu perturbationem ex quadam experte rationis ui fieri, quæ ipsi rationi minime obtemperans sit. communī autem uocabulo (quod quidem ad significatum ampliorem pertineat, qui genus ipsum magis attingit) utraque peccata appellari. dico autem illum peccare, qui,

exempli gratia, aut immodestius, aut animo con- citatiore aliquid agat, aut calumniæ credat. scripsere igitur & alij ex philosophis plerique, & Chrysippus præterea, quæ ad remedia pertinerent animi perturbationum. tractauit etiam Aristoteles eandem materiam, & eiusdem philosophi sectatores, ante hos uero etiam Plato. & fatius forsitan fuisset ita ab illis uiris hæc discere, quemadmodum ipse quoque didici. uerum tamen hoc priore libro, capita tibi omnia, quoniam ita iubes, breuiter exponam, eo planè ordine, quo me respondentem audiui, cum de Antonij libello interrogasti. Quod igitur peccare nos probabile sit, tamen si nihil prorsus ipsi nosmet aberrare existimemus, ex ijs quæ dicam, argumentari facile fuerit. Cernimus cunctos homines existimare seipsos aut esse omnino sine omni peccato, aut in paucis exiguisq; rebus rectam rationem offendere: hoc quæ ipsum illis maxime accidere solere, quos alij plurimum peccare arbitrantur. quam sane rem ego, siquam aliam præterea, plurimis notam habeo experimentis. ergo quicunque alij permiserunt, ut de seipsis ferrent sententiam ac iudicaret, quales nam sint, hos in paucissimis aberrare solitos animaduerti. at quicunque se ipsos esse optimos existimarunt, nec alijs iudicium sui ipsorum facere permiserunt, hos contra, & in maximis rebus & in plurimis offendentes inspexi. quo circa, quod ipse quondam adhuc puer temere laudari putabam, (id autem erat Pythium illud, quo iubetur unusquisque seipsum cognoscere) propterea quod magnum non esset præceptum, hoc postea deprehendi, merito admodum commendari solere. nam is solus qui sapientissimus est, perfecte se ipsum cognoscit. reliquorum autem omnium, perfecte quidem nullus; alius autem alio & magis & minus. quod enim in uita uniuersa & in artibus omnibus uidemus, ut magnas quidem atque insignes rerum eminentias differentiasque quicquid

quiuvis unus ē multis facile possit discernere, exiguas aut ac tenues, si duntaxat qui & prudentes sint & ipsarū artium periti: idē in peccatis quoque atque affectibus usu solet uenire, si quis enim, exempli gratia, minima de causa uehementer iratus mordeat, ac uexet seruos domesticos, tum is tibi plane uidebitur malo quodam affectu teneri. item si quis ebrius inter scorta & lasciuos coetus diuertetur, ac mediocriter animo commoueri ob magnā amissam pecuniā aut ob repulsam atque ignominiam, quāuis in genere affectuū contineatur, nō tamen eque ut illud superius perspicuum est: sicut ne placentam quidem exedere audis. uerum tamen hec quoque emendationis indigere, ei qui animum suum execuerit, & a cunctis affectibus uindicare rit, haud dubium est: quamuis eadem euitare, propterea quod parua sunt, magis arduū sit. quisquis igitur uolet se & honestum & probum fieri, is necesse est cogitabit, prima a se peccata sua ignorari: quae ut cuncta deprehendat, cum possim ego dicere quo pacto ipse deprehenderim: nondū tamē id dico, propterea quod fieri potest, ut hic libellus etiam in aliorum manus aliquādo perueniat: quos ipsos quoque exerceri uolo quoad rationem qua peccata sua agnoscant. quāmodum olim, cum eadem de re loqueremur, te itidem mihi dicere potestulaui, & quam diu illa ipsa tibi uideri significasti, cōticiui. quare etiam nūc eodem modo agam: & exhortabor eum qui hoc scriptum nostrū legerit, ut quod ipsi permissum sit ac relictum, id quærat, quomodo uidelicet unusquisque possit seipsum peccantem agnoscere. duplicem enim, ut Aesopus aiebat, manticam ē collo suspensam gerimus, alteram quidem ante pectus alienorū, alteram uero à tergo nostrorum. ex quo fit, ut aliena spectemus semper, propria autem nunquam intueri possimus, quā quidem narrationē cum omnes probent ut ueram, Plato etiam causam cur id fiat, nobis exponit. quidquid enim amat, inquit, cæcum est erga eam rem quam amat. itaque si nostrum quiuis se ipsum maxime omnium diligit, unusquisque nostrum ad se ipsum maxime cæcus sit necesse est, quomodo igitur propria mala inspiciat: aut quomodo se peccantem intelliget? multo enim magis etiam nunc, quæ res ipsa fert, tam Aesopi apollus quæ Platonis oratio uidetur nobis nostrorū peccatorū inuentionē desperabilem cōstituere: siquidē neque quis facere potest quin se ipsum amet, & quod amat, erga eam rem quam amat, cæcū sit necesse est. nec uero ipse postulasset, ut qui hunc librum legere instituerit, curet per se, ut sibi uia inueniat qua peccatorū suorū cognitionē accipiat, nisi res ipsa difficilis admodum foret, quāuis quis uel quæ plurimum eam rem apud se ipsum tractauerit, proinde ego hic meam enucleo sententiā, ut si quam aliam quisque præterea rationē per se ipsum inuenerit, mea quoque sibi assumpta, liberalius adiueat, quippe qui duas salutis uias pro una sit nactus: sin minus, at hac nostra saltē uti possit, donec aliam meliorem offenderit, sed iam uidetur esse tem

pus, ut quānā hæc sit mea in mediū proferā, hinc sumpto initio. Quoniam peccata ob falsam opinionem committi solent, affectus autem seu perturbationes ob expertem rationis appetitū, placuit mihi prius me ipsum liberare ab affectibus, par enim est nos ab his detentos falsa opinari. sunt autem animi uel affectus uel perturbationes, quæ omnes nouimus, impetus, ira, timor, mœror, inuidia, uel hemens cupiditas: mea uero sententiā etiam nimio alicuius rei qualiscumque ea sit, uel amore uel odio occupari, in genere affectuū est habendum, probe enim dictum esse uidetur, mensurā esse optimam, tanquā nihil bene egregie uel fieri possit sine mensura. quo modo igitur quis ista unquam efficiat, nisi prius ea se habere cognouerit: at uero ut quis cognoscat fieri non potest, quemadmodum iam dictum est, quandoquidem nos ipsos amamus uehementer. Cæterū & si ratio hæc tibi nō permittit, ut de te ipso iudices, at saltem ut de alio, quem neque ames neque oderis, iudiciū feras, tibi non adimit potestatem. cum igitur audieris in urbe quempiam ex ijs quos tibi neque amore ullo neque odio prosequendos intelligis, laudari à multis quod nullis hominibus aduleatur, tum tu ubi ad illū propius accesseris, quod de illo possis ferre iudiciū, num sit talis, qualis esse perhibetur, huiusmodi periculum fac. Primum si uideas ab homine & diuitū & apud prime potentum, aut etiam principum ac tyrannorum ædes frequentari, pro comperto habe, te frustra audiuisse hominem omnia uera dicere solere. (obsequia quippe istiusmodi mendaciū sequi consuevit.) deinde siue id genus hominum salutarum, siue illis seipsum comitem exhibentem, conuiujs uel illorum ac coenis inferentem, cōspicias, quisquis em huiusce generis uitā sibi ipsi sequendam proposuit, non solum nō uerax esse consueuit, sed etiam omnē malitiam habere necessario, quippe qui aut pecuniarum, aut principatus, aut gloriæ, aut honorū sit cupidus, & uel aliquibus horum seorsum, uel omnibus simul insidiatur, quem uero neque salutare, neque comitari id genus hominum, neque cum ualde potentibus ac diuitibus cœnare, sed frugi ac temperato uictu uti solitū compereris, sperauerisque ueridicū, conare hunc quoque profundius altiusque cognoscere, ut scias, cuiusmodi tandem sit uita. talem porro cognitionē singulorum ex longiore cum singulis cōsuetudine comparare solemus. quod si talem offenderis, qualem sperasti, seu oca aliquando hominem, & cum solo sermonem cōfer, rogaque ut si quem tibi ex illis animi affectibus turbulentis inherere notauerit, eū continuo indicare ne grauetur, teque illi maximā habeturum gratiā pollicere, existimaturumque te ab ipso magis seruatum, quæ si corpore ægrotantem sanasset, quod si ille recipiat se facturū, cum primum te aliquo tali uitio laborantē inspexerit, deinde longodierum interuallo interiecto nihil dixerit, interim uidelicet tecū assidue uersans, accusa hominē, rogaque iterū aliquāto blandius quæ prius, ut quidquid taliū perturbationū in te residere animaduueris, illico

illico tibi significet. qui si tibi respondeat, propterea se nihil tibi dixisse, quod tali tempore nihil in te istiusmodi deprehenderit, ne continuo illi fidem adhibeas, neue existimes, te repete omnino inculpabilem euasisse: sed duorum alterum in causa esse: aut propter negligentiam inconsideratorem amicum fuisse, nec animaduertisse: aut redarguendi uerecundia impeditum tacere: aut etiam nolle tibi in odium uenire, cum haud ignarus sit omnibus, ut ita dicam, hominibus hunc more esse, ut eos oderint, qui uera loquantur: aut si nihil horum est, scito hominem propterea tacere quod nolit ipse tibi prodesse: aut etiam propter aliud quidpiam, quod a nobis neutrum probatur. nam si mihi hoc credideris nunc, fortasse fieri non posse, ut tu nihil peccaueris, laudabis post ubi uideris omnes homines singulis diebus innumerabilia peccata committere, & affectibus ductos agere quae agant, neque tamen agnosce re se ipsos tales. quare neque tu quidem arbitrare te ipsum aliud potius esse quam hominem. id porro arbitreris, si persuasum habeas, perpulchre a te acta omnia quaecumque non uno tantum mense, sed etiam uno die egeris. Verum forsitan dices, siquidem religiosus propterea es quod uel ex animi proposito, uel ex prauo quodam more talis euaseris, uel etiam rixarum amator sis natura, quantum ex istis uerbis, quibus ego nuper usus sum, conicere licet, uiros sapientes aliud esse potius quam homines, at tu isti rationi, quae una est, nostram quae est duplex, opponito: unam quidem quod omnino sine peccato sit sapiens: alteram uero, (quod ad eum qui illam priorem concesserit, spectet,) siquidem sine peccato sit sapiens, eum ne hominem quidem esse: quod uero ad ea pertinet, quae de hac ipsa re & propter hoc ipsum dicta ab antiquissimis philosophis audisti, sane Deo similem esse sapientem: at te tamē Deo similem repete fieri nunquam potuisse, quando enim qui totam uitam exerceuerunt ut se ab affectibus liberarent, non credunt id se perfecte atque omni ex parte consecutos, nimirum tu id multo minus, qui nunquam exercuisti. ne credito igitur illi qui dicit, nihil a se animaduersum, quod a te ex perturbatio ne sit gestum: uerum aut quod tibi nolit prodesse, idcirco sic locutum existima: aut quod non sibi obseruanda putauerit, quae a te perperam agantur: aut quod odium tuum timuerit, ac uitauerit. fortasse etiam uidit te aliquando agere tulisse eum, qui tua peccata tuosque affectus malos reprehenderit: quam obrem sibi tum tacendum putauerit. aut non credit, cum dicis te uelle singula peccata tua inspicere, te id ipsum agere re uera. quod si tu, cum primum aliquid commiseris, silentio abeas, haud ita multo post inuenies non paucos, qui te non simulari, sed uere corrigant: longaque etiam magis si ei qui te reprehendit, egeris gratias, quando hac ratione geri potest, ut a te tuum malum recedat. post autem si diligenter consideraueris, uere ne te ille an falso increpauerit, ex ea re senties te magnam percipere utilitatem. si uero idem assidue egeris, propositumque tibi sit, te in uirum euadere honestum & probum, facile talis fies.

nam in priore quidem tempore ne si omnem quidem considerandi diligentiam adhibeas, poteris deprehendere, te per calumniam & mendacium iudicare, tibi ipsi per imperitiam persuadere, nihil a te esse omnino peccatum. ceterum hoc ipsum potius tibi sit studium, haec exercitatio, ut calumnias & conuicia aequo animo feras. quod ubi feceris, & satis moratus satisque sedatus fueris, iamque tuas ipsius perturbationes animo perspectas habueris, tum aggreditor respondere calumniantibus: sed neque acerbè unquam id facias, neque redarguendi conuincendiue aut etiam altercandi studio, nec uero te illum alterum uelle deicere ac prosternere significes, sed omne id tuae ipsius utilitatis causa moliri. ut si ille quoque, dum contradicit, probabile quidpiam obijciat, credas illum melius nosse, si modo illum ubi satis longa inquisitione exploraueris, extra culpam crimenque reperias. hac ratione uolebat Zeno omnia nos agere, itaque tutos nos dicebat fore, si ageremus tantum paulo post paedagogis ratione redituri. sic enim ille uir appellabat istos quorum non paruus est numerus: qui licet a nemine usque inuitentur, ad increpandos tamen amicos & propinquos suos promptissimi sunt. oportet autem eum qui talia ab amico sit auditurus, neque diuitem esse, neque cultu & reuerentia quadam apud ciues suos conspicuum. nam si istiusmodi reuerentia insignis fuerit, nemo plane illi uolet uera dicere ob timorem, quemadmodum ne locupletibus quidem solent adulatores lucrī gratia, quin etiam si quem istis ueridicum aliquis casus obtulerit, ad se hunc illico suosque mores distrahere consueuerunt. si quis igitur sit uel apprime potens, uel opulentus, qui uelit in uirum egregium ac frugē euadere, ab hoc deponit se ipsum necesse erit, atque his praefertim temporibus, in quibus nullus sit inueniendus Diogenes qui uel opulentissimo ac monarchae cuiuspiam sit dicturus ueritate. illi igitur quid sibi facto opus sit, uiderint: tu uero qui neque ex potentibus ciuitatis, neque ex opulentis es unus, permitte omnibus, ut quicquid damnant in te, libere aduersum te dicant. neque ipse aduersus quempiam indignare: sic uero tibi sint omnes, ut Zeno dicebat, paedagogi uide licet. neque tamen par esse arbitrare, omnes atque atque indifferenter attendere quid dicant, sed eos tantum quos & optime uitam egisse, & prouidentiori etate iam esse perspexeris. qui autem sint qui optime uiuant, paulo ante a nobis dictum est. progressu uero temporis ipse per te facile assequeris atque intelliges quanta & qualia essent, quae a te peccabantur: tibi quae tunc scilicet ego maxime uidebor ueridicus qui nego quempiam sine affectibus aut sine peccatis inueniri, etiam si optima quis natura sit praeditus, aut etiam si apud gentes uixerit, quae optimis educationibus utatur: omnino autem necesse est unumquemque labi & errare in aliquibus, eoque etiam magis, quo quispiam iunior fuerit, exercitationis enim unusquisque nostrum per totam ferme indiget uitam, ut in uirum perfectum euadat: neque tamen deterri quiempiam oportet ne se ipsum conetur

conetur meliorem efficere, etiā si iam factus quinquagenarius sentiat sibi animū uitio & insanabili & irreparabili deformatum. nam ne corpore quidem male quispā habens, malā item habitudini se ut uictum dediderit, etiā si quinquagenarius sit: quin potius omni ratione conabitur ipsum corpus in melius restituere, quam uis cōpertum habeat se nunq̃ Herculeā ualitudinem consecuturū. ne igitur nos quoq; deterreamur, ne meliores nos ipsos animo reddamus, quamuis cōpertum nobis sit, animū nos posse cōsequi sapientis: uerū maxime quidem etiā illum speremus nos habituros, si a teneris usq; ipsum hūc nostrū curare coeperimus: sin minus hoc obtinere possumus, at saltem ne totum omnino deformē illum geramus, ut Theristes corpus, solcite curemus. etenim si anteq̃ existeremus, fuisset in nostra potestate, cōuenire illū quī prouidebat, ut nasceremur, & primo quidē orantibus nobis, ut corpus strenuissimū generosissimūq; ab illo liceret accipere, ille denegasset, tum profecto precati essemus, ut secundo saltē gradu, aut tertio, aut etiā quarto proximū primo bonae habitudinis corpus nobis concederet: itaq; si Herculis non potuissimus, at Achillis accipere praclarum quiddā nobis uisum esset: quod si non huius, at Aiacis, at Diomedis, at Agamēnonis, at Patrocli. sin ne horum quidem, at saltem aliorum quorūpiam heroum praestantium. eadē, ut arbitror, ratione, si quis supremam nequeat animi excellentiam obtinere, at saltem post supremos illos sapientes in secundis, aut tertijs, aut etiā quartis se se haberi non recuset. hoc autem quod dico, non eiusmodi est, ut fieri non possit, si modo quis exercere se ipsum uelit, & longiori tempore assidua exercitatione periculum facere. ego autem cum adhuc puer hūc a uidiuissem, & quodam tempore hominem uidissem, cui nimia festinatione cōnati apērire hostium, res ex sententia non successerat, & ob eam rem iratus clauē mordebat, calcibusq; fores percutiebat, atq; in deos conuicia iactabat, oculis instar eorum efferatis, qui in furias euaserunt, ac propemodum ex ore spumam emittebat, ut apri solent: tum eiusmodi odiū aduersus iracundiam cōcepi, ut nunq; postea quisq; me ob talem affectum tristiorē uiderit. et sane hoc ipsum primo quoq; tempore erit satis, si neq; in Deos maledicta iactabis, neq; calcibus series, aut dentibus aggredieris lapides ac ligna, neq; efferato uultu intueberis, sed intra te ipsum continebis atq; concubabis iracundiam. nam ab ira prorsus liberari simul ac quis uelit, non continuo quis potest. comprimere aut illius perturbationis intemperantiam atq; insolentiam potest. quod remedium si saepius usurpauerit, agnoscat tandē aliquando ipse seipsū minus nunc propensum ad iram quā ante, usq; adeo ut neque ob paruas neq; ob magnas causas in furorē se aganimaduertat, sed magnis tantum modo irasci sceleribus. quin etiā ne hoc ipsum quidem quod dico, irasci magnis sceleribus. post eidem ultra eueniet, si id obseruabit, quod ego,

A cum mihi ipsi adhuc puer imperassem, in omni reliqua uita obseruaui. id porro est, nunquam a me seruū mea manu uerberatum fuisse: quod ipsum patri quoq; meo usurpatū memini. qui etiā complures amicos increpare solitus erat, quos, in percutiendo, famulis dentes cōfringere deprehendebat, eos dignos esse affirmans, quibus serui illi in ipsa uulneris inflammatione, cōuulsione tentarentur, ac sic interirent. quidni enim? quando eis licitum fuerat paulo post & ferula & lorīs quotquot libuisset uerbera infligere, et cōsilio qd ad illos ne gocium pertinebat absoluere? porro alij sunt qui non pugnis solum, sed etiā calcibus feriāt, & oculos effodiant, & stylo uulnerent, si quando stylū manu teneant. uidi etiā quendam qui ira percitus, calamus quo scribimus, in oculum serui infligxit. Adrianus quidem imperator, ut aiunt, cum stylo serui cuiusdam sui oculum uulnerasset atque eruiisset, ac post illū uidisset ex eo uulnere factum unoculum, ad se uocauit, fecitq; ei potestatem, ut pro illa calamitate munus a se peteret. cum autem ille miser taceret, rursus hortatus est Adrianus, ut quidquid uellet peteret. At ille negauit se aliud quidq; petere, optare uero se oculū quem amisisset. enim uero quod tandē munus inueniri possit, quo oculus amissus rependatur? Ceterum quē mihi quoque olim acciderint, hic tibi narrare uolo, quamuis eadem de re me saepius tibi dixisse meminerim. Roma redeunti mihi factus est itineris cōmes amicus quidam patria Gortinēsis ex Creta, uir ceteris quidē rebus non contēnendus, quippe qui & simplex moribus, & in amicitia propensus, & frugi, & in ijs quē ad quotidianos sumptus pertinent, liberalis esset, sed usq; adeo iracundus, ut suis ipsius manibus aduersus seruos uteretur, interdumq; etiā cruribus, loro aut, ac ligno, quod cunq; irascenti occurrisset, multo libentius. cum ergo iam essemus Corinthi, omnia quae secum uehebat supellecilia, una cum ipsis seruis, nauī tradidit uehenda a Cenchreis Athenas usq; ipse mercede conducto uehiculo terrestre iter Megaris facere instituit. itaq; cum iam Eleusinem praeterissemus, ac Thriasiū attingeremus, seruos quos secum habebat, interrogauit de quadā supellecili, at illi casu quid responderent, non habuerunt. furorē ergo percitus, ubi nihil aliud habuit quo adolecentulos percuteret, gladiū qui intra uaginam cōditus erat, unā cum ipsa uagina arreptum in caput infligit, nō illum quidem qua latior planiorq; est inferens, (sic em̃ nihil grauius accidisset,) sed qua secūdi uim gladius habet. uagina igitur illico dissecta est, atq; ingēs uulnus in capite utriusq; effectum est duplex, bis em̃ utrūq; percussit. ubi uero plurimū sanguinis effluere de uulneribus animaduertit, nobis eo in loco relictis, ipse Athenas illico pedibus iter ingressus est, ne ipso adhuc praesente aliquis seruorū interiret. nos tamē postea seruos illos Athenas perduximus. amicus aut ille Cretensis, cum ipsum facti poenituisset, me manu arreptum Megara introducit in domū quandam; deinde

deinde lorum porrigens, ubi se ipsum exiit, iubet A
uerberare pro ijs quæ furore nefario coactus pa-
trauerat. sic enim ipse uocabat. cum aut ego, ut par
est, in risum proruperem, ille ad genua procubens
instabat obsecrabatque ut ne aliter facerem. hic porro
haud obscurum est, me tanto maiori risu commotum
fuisse, quanto illum diutius in eo perseverantem ui-
derim, ut caderet. Ceterum postquam satis diu in hoc
ipso perstitimus, recepi me illi facturum quod pete-
bat, hoc est, uerba illaturum, si ipse quoque ualde
exiguum quiddam quod ego peterem mihi uicissim
præstaret. qui ubi recepit, tum ego rogavi homi-
nem, ut mihi sermonem quandam recentem aures
accommodaret: hocque esse illud ipsum quod ego pe-
terem. quod ille cum se facturum recepisset, lon-
giori sermone illum docui quædam id quod
in nobis est iracundiæ ac furoris coercere crudire-
que oporteat, ratione uidelicet. quod enim non uer-
beribus, sed alio quodam modo sit corrigendum,
illi latius exposui. at ille cum ad seipsum redisset,
sibi pro uidisset, longe posthac se ipso melior ef-
fectus est. tu uero quamuis non multo fias melior,
at satis fuerit anno uno in melius saltim paululo ef-
se prouectum. nam si perges constanter resistere affe-
ctui iracundiæque mitigare, tum altero anno te
multo euidentius profecisse animaduertes. quod si in
eo diutius perseveraueris, ut tibi ipsi provideas, lo-
ge propius tertio, & post hunc quarto, atque item
quinto ad honestius grauiusque uitæ genus access-
sisse te senties. turpe enim est, quempiam multos an-
nos continenter laborare atque exerceri, ut uel medi-
cus, uel grammaticus, uel rhetor fiat, uel geometra;
ut aut in uirum bonum euadat, in tanto spacio tem-
poris nunquam sibi quicquam laboris assumere. quod
nam igitur sit huiusce exercitationis initium rursus
repetamus, pro rebus enim maximi momenti ni-
hil incommodi fuerit bis terque eadem commemorare.
nunc igitur quempiam seruorum tuorum peccan-
tem tuis ipsius manibus corriges: sed quemadmo-
dum ego quod olim Platonem audiuissem aduersus
quendam seruum maluisse agere, id in tota uita usur-
pauit, pulchrum esse genus officij ratus: ita tu quoque
tibi ipsi præcipito, neque te tuis ipsius manibus ser-
uum cedere, neque quod diu iratus sis, alij imperare, sed
in posterum differre. postquam enim furor abierit, prudenti
us temperatiusque dispicies quot uerba infligere ei
qui puniendus sit, oporteat. nec tamen illud dixerim
melius esse initio statim concessa uenia rem transige-
re, et ubi lorum tibi afferris iusseris, tum uerbis duntaxat
corrigere ac minitari, te non amplius idem concessu-
rum, si iterum ille idem peccatum commiserit. mul-
to enim præstat, te facere ea quæ facis, sed postquam
impetus ille animi deserbuerit, tuque iam furorem
illum omni rationi inimicum deposueris: quo tem-
pore uidelicet iam ratione optulante inuenturus
sis, cuiusmodi ille pugno sit ferendus. nam quod
impetus irascentis nihil ab insania & furore diffe-
rat, ex ijs, quæ faciunt, qui eo genere affectus per-
ecti sunt, facile intelligere licet. pulsantes enim &
ferientes calcibus, & uestimenta scindentes, & tor-

uum quiddam intuentes, omnia peragunt, usque
adeo ut, quemadmodum dictum est, & foribus, et
saxis, & clauibus irascantur: & alia quidem lace-
rent, alia mordeant, alia calcibus petant. sed for-
sitan dicturi sunt, hæc fieri solere ab ijs duntaxat
qui reuera insaniunt, quæ autem tu facis etiam a
prudentibus. ego uero quod minus peccet qui su-
is ipsorum manibus seruos cadunt, tamen qui lapi-
des, & ianuas, & clauas morsu petunt, calcibusque
feriunt, plane fateor: sed illud item persuasum ha-
beo, aduersus hominem, simulatque aliquid deliquerit,
scire, exigui cuiusdam furoris iudicium efficaciamque
esse, aut animalis ratione carentis atque agrestis.
quid enim? an non solus homo hanc habet excel-
lentiam præter cetera animalia, ut ratione utatur?
quod si illa furorem iracundiamque abiecerint, ut uitam
condonent, nonne hominis ritu id faciunt? noli igitur
existimare hominem illum prudentem esse, qui
unum hoc duntaxat cauerit, ne calcibus feriat, ne
mordeat, ne stimulis configat proximos. qui enim
iam talis euasit, non est ille quidem amplius fera, non
tamen protinus etiam homo prudens: sed inter ut-
ranque naturam medius, hominis uidelicet pruden-
tis ac fere. nunquid igitur meditare te definere
feram esse, si non curabis ut in uirum & honestum
& probum euadas? an satius fuerit ut non ampli-
us inter feras, sic ne inter imprudentes quidem aut
rationis expertes maneres? eris uero talis, si nunquam
animo inserviens, sed semper rationi obtemperas,
omnia ages. nam si cuncta nulla cum perturbatio-
ne aut affectu animi consideraueris, profecto cuncta
tibi optima uidebuntur. qui igitur hoc eadem fiet?
nempe si tu ipse te ipsum maximi pretij hominem
declaraueris: quo uidelicet pretio nullum aliud ne
cogitatione quidem fieri potest, ut quis assequa-
tur maius. nam dum omnes omnino homines iræ
obnoxij sunt, te interim omnis iræ expertem esse,
quid aliud tandem est, quam se ipsum omnibus ho-
minibus præstantiorem ostendere? quod si forte tu
ipse te ipsum existimes, quid aliud quam te ipsum
ostendis uelle quidem haberi præstantiorem, esse
autem præstantiorem nolle? non secus ac si quis cu-
piat putari se quidem corpore ualentem esse, re
autem uera ægrotet? an non putas animi esse uel
ægritudinem uel morbum excandescantiam, quæ
& furor dici potest? an temere arbitraris ueteribus
hasce animi perturbationes quicquam appellari soli-
tas? moerorem, iram, excandescantiam, cupiditatem,
metum? enim uero longe mihi melius uidetur esse
primum quidem in longius spatium perturbationes
eiusmodi cohibere, ac dum surgis de lectulo, singul-
latim quæcunque acturus sis inspicere, considerare,
num præstet eiusmodi affectibus inserviendo ui-
uere, an ratione & consilio uti in omnibus quæ agas:
deinde unicuique uolenti se uirum fieri egregium ac fru-
gi, aduocandum esse aliquem, qui sibi ea quæ non
recte à se agantur, singula indicet. tum singulis die-
bus singulisque horis habere hanc opinionem in prom-
ptu. quod præstet quidem, se ipsum dignum exhibere,
qui egregius ac frugi appellatur, hoc autem fieri
non

non posse ut nobis contingat, nisi eum qui singula errata nostra nobis indicet, habuerimus. quin etiam illum ipsum nostrorum peccatorum indicem, & seruatorem nostrum, & amicum maximū putare. deinde, quamnis tibi ille uisus fuerit falsa crimina obijcere, te tamen iratum uideri minime oportere, primum quidem idcirco quod facile fieri potest, ut ille ita melius quam tu singula peccata tua perspicat, quemadmodum uicissim tu quoque eorum quae ab illo peccantur, non nihil. deinde quod licet falsum quandoque tibi crimen obiecerit, at in eo tamen tibi utilis fuit, quod te ad eorum quae agis, diligentiores inspectionem excitauit. quod autem in hoc ipso maximum est, id praeter caetera custodi semper, ut quod dignus sis, quantique faciendus, à te ipso non ab alio accipias. id porro ipsum est, promptum semper habere in memoria, quanta sit eorum qui irascuntur animi deformitas, quantisque rursus eorum qui sine ira uiuunt decor, quanta gratia, quemadmodum enim qui longiore temporis spatio peccare consueuit, cum magna difficultate affectuum suorum clauem obtinet, ita conuenit te multo tempore unumquodque eorum praceptorum exercere, quibus si pareas, uir egregius ac frugis efficiaris. nam eius rei facile obliuiscimur, dum animus noster decedit, propterea quod antehac totus sit impletus affectibus. consequens ergo illud fuerit, ut quicumque seruari uelit, nullam omnino horam cesset: omnibusque accusandi seipsum faciat potestatem, omnesque aequo animo audiat accusantes; gratiamque non adulantibus habeat, sed obiurgantibus: pateant semper domicilij tui fores: liceat notis ac familiaribus omni tempore ingredi, si quando te ipsum ita comparaueris. itaque etiam confidere oportet usque adeo ut ab ingredientibus deprehendaris nulli maiori peccato uehementer obnoxius. porro quemadmodum omnia prorsus excidere atque euellere inuito difficile est, ita uolenti, quae maiora sunt, facile. si tuae ergo semper fores, ut dixi, patebunt, licebit sane familiaribus omni tempore ingredi, utque alij omnes si quando in publicum processere, omnia conantur facere ut decet, sic tu domi tuae omnia facies. atque illi quidem cum reliquos omnes uereantur, ne se in aliquo peccantes deprehendant, unos ipsos non uerentur: tu uero te ipsum in primis uerere, atque illi auscultare qui dixit: Omnium autem maxime tui ipsius te pudeat. quod quidem si feceris, poteris quandoque expertem illam rationis uim qua excandescimus, quasi feram quandam mitigare ac mansuofacere. alioqui absurdum admodum sit, uiros equitandi peritos, ubi equos acceperint, breui eos ad parendum idoneos reddere: te autem qui non aliquod extrinsecus animal acceperis, sed rationis illam expertem uim, quae in tuo ipsius animo est, & cum qua semper meditans ratio simul habitat, non posse itidem mitiorem reddere, & quamuis non ita continuo, at longiori saltem spatio. latius autem de hisdem rebus differitur in ipsi commentarijs, in quibus mores tractantur, quo pacto uidelicet eam uim quis optimam sibi & commodissimam reddat: item quem-

Galen.

admodum uires ac robur illius non oportet proferre, sicut ne equorum quidem, aut canum, quibus utimur, sed illud ipsum potius obur exercere sicut & in illis, ad obedientiam. tibi uero in hisdem commentarijs maxime ostensum est, quo pacto rursus ea ipsa irascendi excandescendiue opitulatrice utaris aduersus alteram, quam libidinis nomine philosophi ueteres appellarunt, quae temere & seorsum à ratione fertur ad corporis uoluptates. ut igitur turpe est, hominem iracundia percitum, intemperanter aliquid agere, sic item ob amorem, uentrem, uini appetentiam, edacitatem: quae omnia concupiscendi illa uis, de qua dictum est, & facit simul & patitur. ob quae homo non iam equo aut cani similis sit, ueluti ob illa priora, sed uel petulanti apro, uel hirco, uel cuiuspiam agresti belluae, quae mansue fieri non possit. quocirca huius quidem nulla talis inuenitur correctio, qualis alterius, ea, quam obedientiam diximus. sed quod ueteres castigare dicebant, huic ipsi quadam proportionem responderet. fit autem haec ipsa libidinis castigatio, dum rebus potiri ac frui prohibetur quarum appetens est, nam si potiat, crescit, maiorque ac uehementior fit. si castigetur, tenuis fit atque imbecilla, ut hoc pacto imbecillitate coacta sequatur rationem, non autem quod obsequens siue obediens facta sit, sane quemadmodum in ipsis quoque hominibus uidemus contingere. nam in ipsis plerumque ipsi qui deteriores sunt, sequuntureos qui sunt praestantiores uel inuiti & coacti, ut pueri ac mancipia, uel uolentes & persuasi, ut ipsi qui suapte natura boni sunt. etenim si quis erat apud antiquos, quem obiurgationes ac uerba castigare non possent, de eo ita loqui consueuerant: quod incastigatus nescio quis iste homo est: in quo uidelicet libidinem ratio non castigauerat, hoc est, non sibi obtemperantem reddiderat. duplex enim in nobis est animi uis rationis expertis: una cuius & cito excandescere & irasci ipsi qui aduersum nos peccare uisi sint, officium est: cuius ipsius etiam est, in longius ampliusque implacabilem se praestare: quod quidem tanto est amplius excandescens animi uitium, quanto magis diuturnum: altera est, quae ad id quod ipsi iucundum suauisque uisum sit, praiceps fertur antequam utile ne sit atque honestum, an noxiū & turpe cognouerit. hanc igitur quae uehementissimi est, cohibere prius oportet, quam ubi incrementum acceperit, uiribus inuicta inexpugnabilemque se praebeat. tunc enim etiam si uolueris, eam ultra compescere non poteris. Actum demum id dices, quod olim quandam amantem audiui dicere: uelle te quidem definire, sed non posse: frustra: nos aduocabis, (quemadmodum & ille quondam,) ut tibi supplicanti opem feram, uitiumque eiusmodi excindam: nam corporis etiam nonnulla uitia propter magnitudinem insanabilia sunt: quod ipsum fortasse tu ne cogitasti quidem unquam antehac. multo autem satius fuerit, te nunc saltem id cogitare, atque inspicere, utrum ego ueridicus sim, cum dico, uim anime illam, cuius est munus, temere concupiscere, siquid placeat, plerumque in amore euadere insanabile, non

Tomi. 2 h corporum

corporum modo quæ formosa sint, siue rerū quæ ad uenerem pertineant, sed etiā edacitatis, explendiq; uentris, ac uinolentia, itemq; obscenitatum quæ præter naturā patrant; an & hæc & alia multa ex his quæ hactenus à me dicta sunt, mentiar, etenim quæ adhuc de ira atq; excaudescencia dixi, eadē puta & de alijs affectibus me dixisse. primū quidem alijs cuipiam permittendum esse, ut de ijs cognoscat & iudicet, non autē nobis ipsis. deinde non quoslibet eidem rei esse præficiendos, sed seniores quospiam, quos uniuersi planē egregios ac frugi esse fateantur. qui etiā propterea q̄ ab affectibus liberi sint, & interpretandi iuris & iudicandi munus ante nos ipsos diutius, illis uidelicet temporibus quibus ipsi nōdum eramus, obtinuerint, deinde nō oportere nos aduersus eiusmodi homines, quoties aliquod nostrū peccatū protulerint, indignationis quidq; præ nobis ferre, sed cōtra, agere potius gratias. postremo singulis diebus ea quæ superius dicta sunt, tibi ipsi reuocare in memoriā: atq; hoc quidem præstabit te sapius facere: quod si non possis tam sepe, at saltē matutinis horis semper anteq̄ quidquam corū quæ acturus sis, aggrediaris, & uespertinis anteq̄ cubitū eas. Ego sanē olim monita hæc, quæ quasi Pythagora autore circumferebant, consueui primū quidem legere bis singulis diebus, post uero etiā ore enunciare. neq; em̄ satis est ab una ira duntaxat liberū se præstare, nisi etiā sine omni edacitate & nequitia & uinolentia & curiositate & inuidia purū te cōseruaueris. alius igit̄ erat qui nostri periculū faceret ac percontaretur, nuncubi, ut canes solent, uisi essemus immoderatissime impleri cibis, uel more eorum qui perpetuum febris ardorem patiuntur, frigida potione infatigabili auditate exhaustire: an uero quemadmodū uiros & graues & cultu ac re uerētia dignos deceat. nam neq; propter famē decet uehementer infatigabiliterq; impleri, neq; propter sitim instar sorbentiū exhaustire totū calicem, multoq; minus ob edacitatē in conspectu omnīū auidius uel placentiam uel aliud quidpiam ex delicatioribus obsonijs deuorare, sed in omnibus ijs item alijs sunt aduocandi qui opem ferant & quid quid peccamus obseruēt atq; indicent. deinde uero etiā sine p̄dagogis ipsi nos seruemus demusq; operā, ut omnibus una cōnātibus obsonij minus adsumamus, & à cibis gulam nimīū irritantibus abstineamus, moderate interim uescentes ijs quæ salubria sunt. progressu uero tēporis ne respicere quidem te ad conuiuentes uelim. magnū quippe fuerit, credo, si nullus eorū moderatior in cibo & potu sumēdo sit uisus. q̄ si te ipsū hoc honore aspicere decreuisti, prospice & cura ut aliquāto continentius hodie uiuas q̄ heri. hoc enim si feceris, senties te in dies ab ijs quæ dixi, facilius abstinere, senties etiā magnas animi tui lætities, si quando re uera amator modestiē tēperantiæq; extiteris. sic enim gaudet quicumque in ea re proficit cuius est amator. ex quo fit ut eos qui cōpotationibus delectantur, tum ingenti uoluptate affici uideamus,

A cum suos bibendo superant cōpotiores; & eos qui uentri student multitudine ferculorum gaudere; quicumq; autē edaces sunt ac palatum explere cupiunt, hos placentis, & edulij, tum quæ ad sartaginem, tum quæ ad ollas pertinet, alijsq; item condimentis suauioribus lætari. noui etiam qui rei uenereæ copia exultarent, superbibusq; se extollerēt. sit ergo illi & exercent & sectantur id quod in ijs rebus summū est quibus student, sic nos item id studere oportet quod in modestia sit summū. porro autem si hoc faciemus, non incautatos quospiam ac dissolutos nobis cōferemus; nec satis esse putabimus si plus q̄ illi & continentia & modestia adepti simus: sed primū quidem eos qui ijsdem rebus studeāt superare conabimur, (pulcherrima enim hæc est cōcertatio atq; æmulatio.) post uero etiam nos ipsos; ut uidelicet ex diuturna consuetudine ad hæc ipsa quæ & saluberrima sunt, & adiectū facillima cum uoluptate feramur, memores semper pulcherrimorū dictorum quorum uel hoc est in primis unū: Delige optimū uitæ genus: id iucundū efficiet consuetudo. quæadmodum ergo cū te aduersus iracundiā exerceri iubebā, tum argumento uti poteras te profecisse, q̄ non amplius te excaudescētē cerneris; ita in ijs quæ ad modestiam pertinent, hoc indicio intellige quantum profeceris, quod ne cupiditate quidem amplius rerum suauissimarum tangaris. ad modestiam autem una est uia per continentiam. hoc enim modestus superat continentem, quod ille ne cupit quidem amplius titillantes palatum cibos, siue ob longam consuetudinem, siue ob continentiam; uelut ipsum quoq; rei nomen indicat. quod deductum esse uidetur à continendis in se ipso nec permittendis longius abire cupiditatibus. laboriosa autē ab initio uia hæc est atq; aspera, quemadmodum ceteræ item omnes honestorum studiorum exercitationes. itaq; siue pro malitia uirtutem uis habere, siue pro titillationibus corporis animi tranquillitatem, hac ratione te ipsum exercere oportebit, ut per continentiam ad modestiam cōtendas. sin autem uel uirtutē despiciere, uel titillari uis toto corpore, ratio tibi erit deferenda; quæ quamuis ad uirtutem non hortetur, est tamen dux itineris ijs qui aliqua exhortatione commoti, ire ad illam cœperint, quo uidelicet itinere quis consequi illam possit. cum autē ratio hæc nostra sit duplex, una qua se ipsum quisq; possit cognoscere, altera qua peccata quæ cognouerimus corrigamus, nobis ut de hac posteriore diceremus, minime ab initio positum est, sed de priore, qua possimus nostra peccata cognoscere. quoniam uero, qui illam ingrediuntur, ipsi dignoscere non possunt, incipientibus quidē alios adhibemus inspectores. eos uero ipsos qui hanc rationē exerceāt, quāuis iam possint cognoscere à gbus & uitijs & affectibus liberati sint, ignorare tamen non oportet procul adhuc ab extremo illo ac fine quæpetunt, abesse. siquidē quod in uniuerso dicere cōsueui, etiā hic dicam; cognitionem uidelicet sui ipsius uno quidē modo esse omnium

omnium rerum difficillimam, altero aut facillimā. A nam si quis intus uelit cognoscere, difficillimū id sanē est, at si foris, non item. Ceterum ego omnia hæc, & quæcūq; hæcenus dicta sunt, & quæcūq; posthac dicenda, uolentibus nō grauatiū impertio. & cum alia quædā fortasse sit uia, qua quis insisteret & honestus et probus euadere queat, ego tamen ubi nam illa sit ignorans, hac ipsa ex quo et uiuo & sapio sum usus, eandemq; alijs abunde indicare non destiti, hortariq; ut contra ipsi quoq; aliquid afferrent ac reponerent, uicissimq; siquam aliam honestatis probitatisq; uiam nossent, docerent: nos autem dum aliam illam desideramus per hanc ipsam incessuros, quæ cōmunis cunctis affectibus est, & ad cognoscendum & ad medendum etenim & contentioni, & gloriæ, & principatus appetitio, animi plane est affectus illis quidem minor, attamen ipse quoq; affectus. de inuidia aut quid attinet dicere, cum omnium uitiorum sit fœdisimū? Dico aut inuidiam cum quis ex alienis bonis tristitia afficitur. & est omnis quidem tristitia affectus, pessima autem omniū, inuidia, siue ea sit inter affectus numeranda, siue tristitiæ species suo generi proxima. commune aut omnium remedium fuerit id quod dictum est, quod enim & mala sint & fugienda perspicere operæpretium est in ijs hominibus qui uehementer ab illis detinētur. in talibus enim turpitudine ipsa admodum perspicua est, cur autem ipsi in nobis ipsis nihil tale prorsus cernamus, causam putare oportet eam cæcitatem qua afficimur, uel ad id quod nos amat, uel ad id quod ipsi amamus: nō nulla etiam esse que nos fugiant propterea qd exigua sint, & a nobis negligantur, quæ tamen propter magnitudinē in alijs negligi nō possint. inuenire ergo oportebit senem quempiam, qui illa possit inspicere, rogareq; hunc ut omnia nobis summa cum libertate indicet. deinde ubi ille nobis aliquid dixerit, tum continuo illi magnas agere gratias. ubi uero ab illo abierimus, tum dispicere & considerare diligenter quid sit, nosq; ipsos tum cum soli sumus, increpare, conariq; affectum euellere, nō usq; adeo solum ut ab alijs duntaxat uideamur, sed ut ne radicē quidem illius ullā in nostro animo prorsus relinquamus. nam ex ijs quæ sic relinquuntur, solet aliquid rursus pullulare, dum id ipsum ab ipsa nequitia et prauitate irrigat. idcirco in nobis ipsis omnes singularem affectus diligenter attendere scrutariq; oportet, quoscūq; in amicis necessarijsq; nostris cernimus, num aliquid tale in nostro item animo deprehendi queat. excidendū quippe est, dum adhuc pullulat, nec expectandum, dum crescat, & fiat insanabile. nam ceteros quidē omnes animi affectus pleriq; despiciunt, tamen si cū alios uidēt ab ijsdem teneri contemnunt: tristitia uero ac mœror omnibus plane esse malū uidetur, ueluti labor in corpore. ceterū olim quidam ex ijs adolescentibus qui mihi familiarissimi erant, cum se in paruis cōmoueri negasset, postq; tamen id sibi accidere animaduertisset, summo mane ad me uenit, dicēs, se su-

Galen.

percare totam illam noctem in somnē duxisse, interimq; sibi uenisse in mentem, se antea ne in maximis quidem rebus unq; æque turbatū fuisse ac tum in paruis esset. itaq; uoluisse discere, quo id si bi pacto euenisset, utrum ne ab aliquarū disciplinarum usu, an uero ab ipsa natura talis extitisset. cui ego id respondi quod uerum est scilicet; naturam quidem ipsam in puerili ætate ad uitam perficiendam in cunctis plurimū posse, secundo autem loco studia exercitatiōesq; disciplinarum. nam qd naturæ nostræ siue ingenia plurimū inter se differant, ex passim ludentibus pueris facile intueri licet, nam eorum alios semper hilares, alios semper tristes inspicimus: & alios quidem omnibus de rebus ad ridendū promptissimos, alios uero ex quolibet uel leuissima occasione plorantes. sunt item quibus æqua omnia & communia placeant, sunt quos cōtra, rapere ac prædari delectet. alij etiā nimis quibusq; de causis uehementissime excarescunt, ut & mordeant, & calcibus feriant tum lapides, tum ligna, sicq; proximos se ulcisci putent, si quando ab illis iniuriā accepisse arbitrentur. alij ad ignoscendum faciles ac mites, neq; irascentes neq; plorantes nisi post magnam aliquā acceptam iniuriā. hac de causa Eupolis Aristidem illū qui dictus est iustus, Nicię interroganti, quonam modo iustus euassisset, probe grauiterq; respondentem inducit, naturæ quidem primū maximūq; munus fuisse, deinde uero se quoq; prompto animo naturā suam adiunxisse. non solū igitur ad mœrorē atq; tristitiā qualibet de causa propensæ sunt adolescentium naturæ, sed etiā ad excarescentiā atque ad suauissimorū ciborum appetentiā, de quo quidē uitij genere, quod ad illos pertineat, adhuc usq; locum, maxime sum locutus. Ceterū, præter illa quæ iam dicta sunt, licet aliquos puerorū impudentes intueri, aliquos aut uerecundos: item alios memori natura præditos, alios immemores, alios præterea obliuiosos. nec non alij sunt qui propterea ac libenter discendi causā laborē ferant: alij negligentes atq; ignaui. porro ex illis ipsis qui labores facile tolerant, alij sunt qui cito efferantur lætitia siquando laudentur: alij qui afficiantur pudore si mulatq; a præceptore cotemni se uideant: alij uero qui terreantur uerberibus. idem autem, sed contraria ratione, de ignauis intellige. itaque ex ijs quæ pueris uident accidere homines uniuersi, alios ex illis solent appellare pudentes, alios impudentes: & eadem ratione alios ambitiosos & probos, alios improbos & honoris negligentes, alios timidos & uerberum contemptores: aliasq; item illis appellationes, quæ naturis ipsorum conueniant, imponunt. sic etiam ex ijsdem pueris alios intuemur natura mendaces, alios ueritatis amatores: multisq; præterea morum differentijs inter se distinctos: de quibus nunc dicēdi locus non est, quod huic duntaxat instituto nostro conueniat. nam eorum alij quidem bonam facillime disciplinam recipiunt, in alijs ea nullius momenti esse solet. neq; tamen ob hanc causam negligendi sunt

Tom. 2 h 2 pueri

pueri, sed in optimis moribus nutriendi. nam si natura illorū curationis ac diligentiae bonitate recipiet, in viros bonos opera nostra euaserint: sin aut contra, nostrae sedulitatis utilitate nullam perceperint, quod tamē ad nos attinet, culpa in hoc nostra nulla fuerit, nam puerorū educatio similis quodā modo est curae ac sedulitati qua in plantis arboribusq; alendis utimur. siquidem quous bonus arborum ac plantarū fator & cultor, nunq; tamen efficit, ut rubus uua ferat. neq; enim natura illius tale a principio suo perfectionē capere potest. rursum uires, quae quod ad ipsas attinet, fructū ferre paratae sunt, si neglexeris, soliq; naturae curandas reliqueris, aut multo deteriore, aut planē nullū edere fructū animaduertes. idē in animalibus usū solet uenire, equū quippe si erudieris, ad multas res utilem habebis. ursum uero quous olim mansuefeceris, nō tamen perpetuo habitu talē possidebis. uipera autē & scorpis, ne eō quidē usq; progrediuntur, ut mansuefcere uideantur. ego igitur cuiusmodi sim natura non facile dixerim. nam se ipsum cognoscere uel aetatis maturae uiris difficile est, nedum pueris. Mihi uero quadam ingenti felicitate contigit, ut patrem ab omni iracundia alienum, iustissimū, frugalissimū, humanissimū haberem; at matrem usq; adeo iracundam, ut etiam morderet interdum ancillas, semper autē & uociferaretur & contenderet cum patre, & longe quidem odiosius q; Xanthippe illa cum Socrate. mihi itaq; inuenti bonitate honestatēq; paternorū officiorū, quae uitiositatem maternorū affectuū in proximo collocatā quasi ē regione respiceret, uenit in mentem, cum illam amplecti & amare, tum uero hanc alteram fugere odioq; prosequi. ut autē in his ipsis maximam cernebam parentū meorum dissimilitudinem, sic item in hoc agnoscebam, patrē meum quidē ex nullo damno dolorē concipere, matrem uero etiā ob res minimas oppido quā moesta euadere, porro nostri tu quoq; pueros, quae uehementer attenderint, ea imitari solitos: quae autē iniucunde & cum molestia inspexerint, ab his longe fugere cōsueuissē. disciplina igitur quae mihi sub patre contigit, huiusmodi fuit ferē. ubi uero aetatis meae annum quartum decimū compleui, tum philosophos audire ceppi ciues nostros. ē quibus Philopatoris Stoici discipulum quendā satis diu. Caium autē qui disciplinam Platoniam cōplexus fuerat, cum is ocio a suis ciuibz priuaretur, a quibus ad negocia ciuitatis trahebatur, per exiguum quoddam tempus, unus enim is putabatur in ciuitate & iustus, & qui nullis pecunijs uinceret: preterea omnibus & aditu facilis & mansuetus. eodē uero tempore alius quidā ē ciuibz nostris post longā peregrinationem domū redijt, Aspasij peripatetici discipulus: & post hūc alius ab Athenis Epicureus. quorū omnium mea causa & uitam & disciplinas explorabat pater, unā meū ad illos assidue uentitans. porro autem quod is plurimū se ipsum excruciat in Geometria, & Arithmetica, & Architectura, & Astronomia, uolebatq; doctorem

similiter linearibus illis uti demonstrationibus, & per eas quicquid doceret ostendere, idcirco inquit, oportet in tuis istis honestatis sapiētiaeq; preceptis ne minimā quidem discrepantiā inueniri, qua ipsa a seipsis discordet, quemadmodū ueteres quoq; omnes in hisce artibus seruauere, quarū Geometria Arithmeticaq; principem obtinent locum. ut igitur non procaem aut precipitē esse oportet ut te ipsum ab aliqua secta denomines, sed longissimū temporis spatio & discere illas & de illis ferre iudiciū, sic omnes homines comprobant, consentuntq; etiam philosophi, magno studio quaerenda esse haec: quare nūc iam tibi ea sunt petenda aemulatione quadam, & discenda, & digna quae a te augeant existimanda, ut & iustitiā, et modestiam, & animi magnitudinē, & prudentiam ex illis consequare, laudant em̄ has uirtutes cuncti, tametsi si bi ipsis conseci sunt, nullā se earum habere; dant etiam operam pro uirtutibus ut alijs uideant et fortes, & modesti, et iusti, & prudētes. unū illud est quod & si alijs non uideantur, tamen reuera esse ipsi magno studio cōtendunt, ut mōeroris uidelicet omnis ac tristitiā expertes sint, quare huic a te rei in primis studendū est, cui omēs utiq; homines studēt, praq; omnibus alijs uirtutibus unū hoc quaerendum. Hec igitur ego quae a patre documēta accepi, in hūc usq; diem seruauī, neq; me ipsum ab ulla secta denominare adhuc uolui. quae sanē cum omni studio omniq; diligētia explorata habeā, imperterritus atq; immotus ad ea omnia quae quotidie in uita accidunt, maneo, quēadmodum patrem quoq; manere tū intuebar. ita neq; iactura neq; interitus rei cuiuspiā, perturbatiōe me ulla afficiet. nisi forte id eueniat, ut omnia quae cunctq; possideo, amittam. hoc enim nondum expertus sum, assuefecit porro me pater etiā gloriā atq; honorem contemnere, ut unam nudamq; ueritatem habere in pretio maximi facerem. uideo autē quosdam, cum se ab aliquo spēni arbitrantur, aut cum pecunias aliquas amiserunt, magno solere confici dolore, qua sanē de causa, inquit ille, nullo tu me unq; mōerore affectum uidisti. porro nōdum mihi talis pecuniarum amissio euenit, ut ex eo quod relictum foret, corporis bonam ualeitudinem curare nō possem, neq; ignominia aut contemptio, ut quispiam uiderit me de loco qui mihi in meo senatu attributus est, deturbatum, sin uero alios qui uituperent, alios rursus qui laudēt, mihi cōtingit ut audiam, his obijcere soleo, me putare ita unūquēq; cupere, omnes homines habere qui laudent, ut etiam uelle omnia quae cunctq; sunt, possidere. itaq; uideor, inquit, mihi ipsi, forteq; tibi itē uidebor, nihil ad hunc usque diem esse perpeffus quod magni aestimandum sit, atq; ad hoc extremū sine omni mōerore ac tristitia peruenisse. nā nec omnibus unquā spoliatus sum fortunis, nec ulla ignominia sum notatus, quod si aut hos, aut equos, aut mancipium interijt, non tanti sunt haec ut ad me perturbandū idonea sint, utpote cū egregie sim memor eorum quae me pater monere solitus erat: qui uidelicet

suade

suadebat, ne ob ullam pecunię amissionem mero re afficerer, quandiu quę reliqua essent ad corpus curandū suppetere. hunc enim primum finem illis quę possideretur, statuebat, nō esurire, non aligere, non sitim pati. q̄ si cui plura q̄ horum usus postulat, fuerint, ijs sanē utatur ad eas res agendas quę honestę sint. mihi igitur adhuc tantus pecuniarum fuit usus, ut ex etiam ad eiusmodi actiōes suppetāt. Porro haud me latet, inquit ille, te fortunarum plus duplo q̄ me possidere, & in nostra ciuitate nō mediocri honore præditū, usq; adeo ut quę nam mœroris tibi causa futura sit, nullam uideam præter cupiditatē inexplebilem. ad hoc igitur unum exercitationis genus spectabā, id ipsum in memoria habens, semperq; meditās & considerans, donec ita mihi persuasum est, quęadmodum ex duplicato binario confici quaternariū. etenim consideremus, inquit, per ociū cuiusmodi uitium sit insatiabilitas. huiusce autē considerationis inītiū præbeat ea quę in cibis sumendis uersatur. ipsum ergo hoc quod est ultra q̄ satis sit progredi uescendo, insatiabilitatē appellari aiunt. id autē quod sit satis, ipsa cibi indigentia metiunt. cibo autē nulla alia de causa indigemus nisi ut alamus corpus. nutriti uero corpus si bene cōcoctus fuerit, bene autem cōcoquetur si modicus. nam eum qui nimius sit crudum manere haud ignoramus. quod ipsum si uel semel eueniat, usum eius corrupti necesse est. nam si ciborū cruditate alius cita uniuersum excreuerit, p̄fusio uocari id genus uitij solet. ex quo sanē ipsius cibi usus corrūpitur, nō enim ita illum sumimus, ut per intestina deferatur, sed ut ad omnes corporis partes applicetur. sin autē eius distributio fiat, nec tamen sit bene concoctus, malū intra uenas humorem creare solet. quando igitur in corpore nostro didicisti, cuiusmodi res sit insatiabilitas, iam hoc relicto, ad animum ipsum te confer, ibiq; illius naturā inspicere diligēter, atq; in uno quoq; rerum genere contemplare, sumpto ab ijs quę possidētur, initio. in his igitur multa sūt quę nō recte tanto cum studio appetuntur, cuiusmodi sunt Vniones, & Sardonyches, itemq; lapides aliq̄ omnes; cuiusmodi item est ornatus, quē fœminę ut magnū quiddam gestant, ijs ancillis quę ab ipsis dum incedūt, pendunt. huius generis sunt uestimenta aut ex auro contexta, aut superuacuum ali quod opus habentia, aut quę ut cōfici possint, materia indigent ex longinquis regionibus importata, qualia sunt quę Serica uocant. porro alia sunt ex ijs quę possident, quę ad seruandam bonā corporis ualitudinem maxime cōducunt. & hæc quidem satis decenter appetere parareq; possumus. horū prima sunt ea quibus & alimur, & uestimur, & calceamur. qbus adde illud in quo habitamus. in eodem genere habentur, quę egrotantibus utilia sunt, uerum nonnulla etiam utriq; conducunt, & bene uidelicet ualentibus, & ægrotantibus, cuiusmodi est oleū. horumq; alia sūt eiusmodi ut maiorem, alia ut minorem corporibus hominum afferant utilitatem. itaq; iam nūc & multitudinis &

Galen.

A possessionis eorū finem seu modū te planissime in ipexisse arbitror. nā quęadmodū unius cubiti calceamentum, quatenus ad ipsum finem spectat, in utile est, ita & plura duobus habere calceamenta, ut quinq; aut decem, alienum ab usu. alia enim illa omnino superflua; usu autē duorum contenti esse debemus, sic duplicem quoq; uestem habere sit satis; & mancipia; & supellectilem. apud nos autem, inquit ille, non solum uestis est amplior q̄ duplex, sed & famuli, & uasa; & omnia omnino, quę possidemus, ampliora duplicibus. prouertum enim ex rebus nostris multo maiorem capimus q̄ ut uni corporis ualitudini inseruiaūt. at em̄ ex istis qui uoluptariū uitę genus quod sequeretur elegerunt, nonnullos uideo nō duplo modo aut triplo quā nos amplius impendentes, sed & quinq; & decem & triginta partibus ampliorē sumptum facientes. est porro aliud quidā, quē tali uictu utentem intueor, quali ego utor, rursusq; mœrentem ac dolentem, ut ego; cui tamen non singulis annis similiter res familiaris augetur. nam quod ad nos attinet, decima fortasse prouentū nostrorū pars impenditur; reliquę uero partes nouę substantię ipsi adiiciuntur; attamē uideo te ne in res quidem egregias insumere quidq; audere, nō in coemptio nem cōparationemq; librorum, nō in eos qui scribant exercendos, siue notis & signis id faciant, ut citius, siue exquisitis figuris, ut pulchrius, sicut ne in eos quidē qui emendate recteq; legant, ac ne impertientē quidem alijs quidq; te uideo, uti tu me uidere potes: nunc seruis in uestimenta, nunc alijs quibuspiā ad alimoniam aut ad ualitudinis curationem. sunt etiā qui me uiderint quorundā æs alienum dissoluere. ego igitur quencunq; mihi pater prouentū reliquit, eum tibi omnē relinquo; qui ex eo neq; quidq; quod superuacū uisum sit, repositui, neq; thesaurū ullum congeffi, neq; multis partibus amplius q̄ impenderim quidquam recondidi; tamen remittentē me ac relaxantem curas sapius haud negaueris, sicut ipse fateris nunquam me tibi uisum mœrore ullo affectum. nunquid igitur potes tristitię tuę causam inspicere, an & illius nomen audire a me cupis? iam ne istud quoq; tibi fieri uis? scito igitur omnis tristitię ac mœroris uiam esse causam eam quā modo insatiabilitatem nostri, modo auaritatem inexplebilem uocant, ex eo quod cupiditates habeant homines, quę neq; satiari neq; expleri possint. semper enim concupiscunt ijs, qui rerum præsentium inexplebiles sunt. proinde si duplum quidpiam habent, triplum illi co student acquirere; sin triplum habeant, quadruplum appetere incipiunt. atq; hoc pacto nunq; ad eos spectat, qui pauciora possident, semper autem ad eos qui plura, & hos ipsos superare conantur, hisq; ipsis plura habere cupiunt. tu igitur, inquit ille, si hoc modo ciues omnes nostros consideraueris, nō multos te ipso ditiores inuenies. quare facile ceteris q̄ superflua omnibus eris opulentior. enim uero q̄ seruis ipsis haud dubium est: porro his adde tam multas mulieres, si igitur hi ciues

Tom. 2 h 3 nobis

nobis sint numero quadraginta millia, atq; ita tu additis illorum mulieribus & seruis, summā feceris, inuenies teipsum, haud inficiatē, centū & uiginti millibus hominū ditiorē, attamen hos quoq; omnino omnes uolentē superare, studentemq; in ipsis diuitijs fieri omni ratione ditissimum. atqui multo satius est, ciuem in eo ceteris antecellere, q̄ ijs quę nunc habeat sit contentus: quę quidem res in te est. diuitijs uero præstare non uirtutis, sed fortunę est munus: quę & seruos & liberos facit plerunq; nobis qui generosi & nobiles appellamur, ditiores. at uero tu etiā si quantū optas assequare, hoc est, ut plus uniuersis ciuib; possideas, nō tamen satis sis habiturus, sed illico circūspicies num quis in alia ciuitate sit ditior. q̄ si etiā in hoc fortunā tibi propitiā obsequentēq; habueris, tum tu ad alias progredieris nationes, & ijs quos apud illas opulentos offenderis, fieri studebis opulentior. quare nunquam tu sanē omnibus ditior, sed propter immensas cupiditates semper futurus es pauper. q̄ si ipso usu rerum metieris id, quod mensurę moduloq; tuo respōdeat, iam teipsum unum ex diuitibus numeraueris, aut saltem ex ijs, qui eo quod opus est, abundēt. ego igitur in numero hominum meipsum colloco, licet q̄ tu pauciora possideam. quocirca si tibi ipsi adhuc modū persuaseris, nulla te unquam tristitia afficiet, siquid ex tuis rebus perierit: erisq; quatenus ad rationem pecuniā riam spectat, beatus, utpote cum ob pecunias tristior futurus non sis. q̄ si etiā illam quę ad honores appetendos pertinet, insatiabilitatem eieceris, hac quoq; in parte iucunde ac sine molestia uitam deges. sin autem tibi non satis fuerit honorari ab ijs qui tua consuetudine utantur, sed uelis ab omnibus omnino qui sunt in ciuitate, laudari, etiā ab ijs scilicet a quibus ignoraris prorsus, fortasse primū quidem ab ijs ipsis cognosci uoles, tum autem ubi cognitus fueris, honorari. at hoc quidem uelle cognosci ab omnibus, ab immensa quadam glorię cupiditate proficiūtur: illud autem quod est uelle honorari, ab inani planē stultaq; ambitione, quo circa tibi necesse erit, ut nunc pecunijs quę rendis inuigilanti, ita tunc ad glorię honorisq; studium cupidinē intendenti, ob illos qui cū plures sint, te neq; cognoscent, neq; honorabunt, maiore quā nunc affici tristitia. si igitur hac cōperta habebimus, & in his nos ipsos assidue exercebimus, sine omni molestia uiuemus. at quo pacto exercebimus? nempe si cognitum habuerimus, utrum res sit dictum, insatiabilitatem uitium esse animi pessimum, fundamentum enim quoddam hoc est omnium cupiditatū, pecunię, glorię, honorum, principatus, contentiōis. primum igitur semper in promptu habere oportet præceptum illud atq; institutum, quo iubemur eo quod adest, contenti esse, annexum ei uidelicet atq; adhærens, quod de insatiabilitate dictum est. quicumque enim odio prosequetur animū insatiabilem, is eum protinus disliget atque amplexabitur, qui sit paruo contentus, si igitur hoc solo constat ipsum omni mœrore

ac tristitia carere, iamq; hoc ipsum uniuersum penes nos ipsos habetur, illud cōsequēs fuerit, ut penes nos sit uiuere sine mœrore, si modo in promptu habeamus, quod de animo tū insatiabili tum frugi præceptum est, ac per hoc ipsum præceptum singulis diebus in singulis huiusce operis partib; nos ipsos exerceamus: quod quidem cum ceteris ex puerili disciplina cōtingat, alijs illis, quibus in hoc fortuna non fauerit, serō tandem ea ratione quam exposui contingeret. quis enim est qui nolit omnem ætatem ducere sine tristitia? aut quis non hoc omnibus diuitijs præposuerit, quę & facile auferri possunt, & sceleribus nonnunquam redundant? ille igitur & hæc & alia multa tum mihi tum alijs deinceps recensebat: quibus omnibus illico etiam persuadebat. utilitatem tamen eam, quę ex posterioribus capitur, serō capientes paucissimos quosdam uidi. pleriq; em̄ usq; adeo animi sui affectus auxerūt, ut iam inde insaniabiles existāt. at si quis modicis adhuc perturbatiōibus inseruit, potestq; aliquid eorum quę prius dicta sunt, intelligere, ubi sibi inspectorem quendam ac pædagogum apposuerit, qui se, ut antea dixi, in singulis rebus aliās moneat, aliās obiurget, aliās etiā adhortetur & compellat ad ea quę præclariora sunt capeffenda, ac seipsum eorum quę & dicit & monet, præbeat exemplum, is sanē poterit & liberum & egregium sibi animū ratione cōparare. etenim turpe est libertatem eam quę humanis legibus ac cepta refertur, maximi facere, eam autem, quę & uerē & natura ipsa est libertas, nō omni studio pertere, sed inhonestis atq; impuris ac tyrannicis dominis seruire, lucris uidelicet, ac minutissimis qui busq; pecuniarijs ratiōibus et cupiditatibus, tum principatus, tum glorię, tum honoris. quorū sanē omnium matrē ego haud dubitāim dicere, insatiabilitatem habēdi. quis igitur talem in animo pestem habens possit unquā aut honestus aut probus euadere? aut cur non mille mortibus sit dignus, qui non toto animo oderit talem turpitudinem? porrō autem hanc ipsam multo magis & odisse & fugere debent adolescentes qui se saluos esse uelint: qui si forte initio assueuerint pecuniā insatiabiliter cupere, fieri iam ultra non poterit, ut cum ad annū quadagesimū peruenerint, seipsos recuperent: sed pone, si magis placet, quinquagesimum: ne quis nos ut inhumanos redarguat, sicuti quendā audiui dicere: homines quidē nō paucos uinci solere gula, uenere, gloriā, honore; se uero, qui diues esset, una re tantum, quod nullius sui uoti compos fieret. nam is cum satis diu me singulis diebus lætū hilaremq; uidisset, ipse interim male animo affectus, rogauit, ut docerem, quid sibi esset faciendum, ne tangere tristitia. cui cū ego respondissem, longiore annorū spatio esse opus ad eorū uitiorum correctionē, quę ipse in animo suo ac hunc usq; diem aluisset, uociferans, nihil te, inquit, unq; uidi inhumanius: quasi ego uidelicet, q̄ possem, si modo eniti uellem, ipsum quā citissimē ab omni tristitia liberare, hoc sic illi beneficiū inuiderem

uiderem. cum tamen huic uni ex omnibus disci-
plinis nemo ex ijs ad quos ipsa pertineat, inuidere
possit, nobis quippe expedit, omnes homines qui-
bus cum conuiscimus, omni animi perturbatione
uacare, neque aut gloriae, aut si qua alia res est glorię
similis, eius cupiditate animum gerere deforma-
tum. quanto enim hi meliores fuerint, tãto nobis
amici utiliores existēt. rursus igitur ad eum reuer-
sus qui se in uerum studeat uirum euadere, uiam
quandam communem ad omnia animi nostri bo-
na monstrabo. oportet enim eum qui alteri pręsit
ad corrigendum, initio quidem intēto esse animo
ad singula quę ab illo gerentur, cui sit indicatu-
rus quid ab ipso negligatur. est enim interdum de
finitu difficile in ipsis actionibus, id quod in re fa-
miliari ex minutissima quadam ratione gerit. qua
re hoc ipsū nullo modo pręfiniri potest ei qui nūc
primum incipiat auaritię morbum excidere. por-
rō quemadmodū in hoc uirtus uitio proxima est,
ita dum ambitionem excidere uolumus, uirtuti
illico finitimum uitium offendimus. ceterū quo-
rum animi suapte natura ad honestatem probita-
temque feruntur, hi ne utiquam pudore affici solēt,
si cum ipsi iuuenes sint, seruarique possint, alios ha-
beant qui sua ipsorum peccata inspiciant, atque ob-
seruent, etate scilicet prouectos homines qui in om-
ni uita sua clarissimum liberę mentis specimē de-
derint; quibus quidem increpantibus neque resiste-
re, neque infensos esse par est, sed habere gratiā, quin
etiam eosdem rogare oportet semper ut uera di-

cant, quod ipsum ubi cognitū habuerint, tum co-
nari si non ingentes illas portiones, at saltem mi-
nutas atque exiguas de grandi illa summa affectuū
ac uitiorum excidere: tamen si initio per quā ar-
duum hoc, & cum magno labore magnaque infeli-
citate fieri uidebitur, scire enim eos oportet pro-
gressu temporis non similiter idem habituros dif-
ficile, quo enim maius rationalis nostri animi pars
in huiusmodi exercitationibus ac studijs incre-
mentum accipiet, (quarenus uidelicet superabū-
tur minuenturque uitia) eo facilius obsequiū ac per-
fectiorem obedientiā obtinebit. nam cum ea quę
maxima sunt, ratio nondum exercitata superaue-
rit, haud dubium est, quin ubi duplicem excellen-
tiam spatio temporis adepta sit, facilius sit supera-
tura, etiam ex ijs in quibus ipsa se exercuerit, mul-
to existet generosior quā prius, sicque etiam illis
quę minora aliquanto euaserint, abunde sufficit.
porrō ad futuri temporis spem uel alterum horum
dūtaxat satis esse poterat, quocirca ipsius exercita-
tionis initio terreri non oportebat eum qui in ipsa
affectuum curatione parum se proficere sentiret,
progrediente enim tempore magis proficiet, si mo-
do æquo animo pergat audire eū a quo uere ame-
tur dicentem sibi quę sint ea in quibus peccet, ue-
litque non uideri tantum, sed etiam re ipsa existere
& egregius & frugi. Hactenus igitur de ratione &
cognoscendorum & curandorum animi affectuū
dictum sit: deinceps autem sequitur, ut de pecca-
tis ipsis dicatur.

CL. GALENI DE CVIVSQUE ANIMI PECCATORVM NOTITIA ATQVE

MEDELA LIBELLVS.

IVNIO PAVLO CRASSO PATAVINO INTERPRETE.

VIVSQUE animi per-
turbationum cognitio ac
medicina secundum tradi-
tam superiori commenta-
rio rationem cōprehensa
est: deinceps de peccatis
sermo instituendus est. igitur optimum & in presen-
tia initium sumam, quod

omnes, & si operibus non confirmant, ore tamen
confitentur, ac illud quidnam sit, quod peccatum
uocant, ut nobis pro procedenti oratione ambiguitas
nulla relinquatur, explanabo, doceboque uocabulū
hoc ἀμαρτία, quod latinis peccatum significat,
ab omnibus gręcis ita accipi, ut modo ea, quę
haud recto iudicio cōmittantur, declaret, atque ita
ad solam rationabilem animę partem pertineat,
modo communius latiusque ea etiam, quę ad irra-
tionabilem facultatem spectent, complectatur.

Multa defunt in codice græco
quidnam sit peccati consensus, omnibus in aper-
to est: quid imbecillus consensus, non item; siqui-

dem nonnullis titubantem hūc assensum inter uir-
tutē uitiumque medium ponere satius esse uisū est:
titubantem uero siue imbecillū esse consensū pre-
dicant, quando nobis ipsis nōdum ita uerā esse o-
pinionē aliquam persuaferimus, sicut illa est, exē-
pli causa, in utraque manu quinos esse digitos, aut
bis duo quatuor cōstituere: forsan utique senē quē-
piam offenderis, qui in omni uita ueris peccatis o-
perā dederit, alicui scientificam ostensionē haben-
ti infirme assentiri: scientia porrō geometrę de his,
quę per Euclidis elementa ostensa sunt, talis est,
qualis & hec, bis duo quatuor esse: eandem quoque
scientiam & deinceps traditorum de globis præ-
ceptorū habebit, quemadmodum & omnium secū-
dum hęc resolutorum de linearū figuris atque gno-
monicis. Quamobrē si uel parum quis ambigat,
neque propriū ipsis consensum præbeat, quem cō-
prehensionem nonnulli appellant, hoc esse uitium,
ut hominis uidelicet geometrę quispiā iure cōces-
serit. at eius, qui in uita peccet, in bonis malisque co-
gnoscedis, possidendis, aut euitandis improbe opi-
niones falsę cōsistunt, assensus item aut pcliuis,

h 4 aut tē

aut titubās & incertus. Hic iam igitur discrimen impendat, ne paruum iuxta & maximum peccatum committatur, si falsæ de bonis ac malis opinionis assentiamur. secundum Academicos planè ac Pyronæos uocatos philosophos eorum, quæ à nobis inquiruntur, scientificam ostensionem haberi negantes, omnes, qui nunc habentur, de realiqua consensus necessariò inconsiderati sunt ac temerarij, quin etiam & falsi esse possunt. aiunt præterea, philosophorum de bonis malisque discordes inter se pugnantesque sententiæ ut ueræ omnes sint, ne utiquam fieri potest, at omnes forsân mendaces esse nihil prohibet, ut neque uoluptas bonum sit, neque perturbationum uacuitas, neque uirtus, neque ab ipsa prodiens actio, neque aliud omnino quicquid eorum, quæ à philosophis enumerata sunt. In primis itaque eum, qui à peccatis mundus esse cupiat, rei illius ignota, quam inuenire satagit, demonstratio sit, nec ne, considerare oportet, idque non obiter modo, sed longo etiâ tempore inter ueracissimos homines uersantem, qui naturali quadam prudentia præditi sint, atque in rationalibus disciplinis exercitati, qualis nam sit ostensoria methodus, speculati conueniet. Deinde cum quis ipsam se inuenisse sibi persuaserit, postea longo temporis interuallo iterum sese exercere debet ante, quam ad maximarum rerum inquisitionem accedat: ut, exempli causa, quodnam sit illud bonum, (id sanè & uitæ finem nuncupant) quod comparatum felices nos, aut beatos, aut quod quis aliter nominare uelit, efficiat. Nōne igitur per deos illi, qui prius, quæ ostensoria methodum sese inuenisse credat, ad maximarum pulcherrimarumque rerum indagationem transcunt, euidenter temerarij sunt? mihi quidem uel maxime huiusmodi esse uidentur: perinde enim isti affecti sunt, atque illi, qui ante, quæ satis se in numerorum scientia exercuisse cognoscant, aliquid de supputatorijs locis atque arithmetice differere audent. igitur ut hos plerumque falli necesse est, ita & quicumque prius aliqua demonstrare conantur, quæ in demonstratoria methodo uesati sint, quin errores committant, fieri nequit. porro quod nonnulli ex his, qui falsa edocent, quibusdam persuadeant, sectarum multitudo testatur: sed neque illis hæc, nisi aliqua similitudo intercederet, persuaderi potuisset, cuique palam est, neque paruum hanc esse similitudinem profecto existimare conuenit. nam alioqui facillime deprehensa foret, neque longo temporis decursu à multis clarissimisque uiris eam argui conuincique opus fuisset. Illud itaque, quod in re medicinali Hippocrates uisuenire aiebat, & in philosophia accidere uidetur: dicebat autem Hippocrates, similitudines uel bonos medicos in errores difficultatesque conijcere, utpote non uulgaribus dūtaxat medicis, uerum etiam nobilissimis ob similitudines deceptis, quare neque alienum est, & in philosophia similitudines præclaris philosophis imponere. gemellorum similitudines illi, qui cum ipsis uersari consueuerunt, facile dignoscunt, non assueti minime id facere queunt. Eadem ratione & illæ, quæ in rationibus sunt, si-

militudines eos, qui sese non diu neque quotidie instruendis rationibus attriuerunt, prætereunt, quæ admodum & gemini fratres eos, qui non unâ degant atque uersentur, delitescere solent. Hoc utique unum primum est eorum peccatum maximum, qui aliquid ad humanam uitam pertinens temere pronunciant, bonaque ac mala aut ex amore sui, aut inanis sapientiæ, aut arrogantia, aut ambitionis causa constituunt: siquidem nonnulli recte sese opinari sibi persuadent, nonnulli honoris, aut prætextus cuiusdam causa ea proximis probare conantur, de quibus ipsi dubitant, atque animi pendunt. peccant sanè utrique, secundi scientes ac uolentes, quorum uitium ex perturbatione proficitur: primi uero nescientes, ipsorumque error peccati proprie dici merebitur. recte igitur isti fecerint, si Academici manticarum meminerint, suasque ipsorum opinioniones alijs examinandas concesserint, haud perloquem talibus, quales ipsi sunt, non solum in ostensorijs methodis minime uersati, sed etiam aliarum disciplinarum, quæ Græci mathemata nominant, imperiti: ijs enim imbutus animus acuitur ac delinatur, utpote geometria, arithmetica, differendi ratione, ædificatoria, & astronomia. Ex his porro nonnulli neque rhetoris, neque id, quod maxime prestat est, grammatici doctrina eruditi, sed adeo didici artis ignari sunt: ut neque ea, quæ à me dicantur, intelligentia assequi ualeant, quæ profecto ego animaduertens, cum aliquem sermonem feci, ipsis, ut dicta mea repetant, iubeo: tunc enim re uera quæ admodum asini lyram, ita & isti ea, quæ à me dicta sunt, ne utiquam percepisse deprehenduntur: nihilominus tamen in tam audaces, uel temerarios potius euaserunt, ut ab ijs, qui prima elementa didicerint, eò ludibrio habiti, quod quæ audiuerint, recitare nequeant, nihil propterea erubescant, se ipsos tantum ueritatem agnoscere, alios disciplinis instructos tempus frustra perdidisse opinentur. uerum non illis quicquam me profuturum sperans in hunc sermonem diuertit, plures enim ipsorum etiam si uellent, nihil iuuamenti capere possent, neque ætatem ipsam amplius disciplinis percipiendis idoneam nacti sint. quisquis uero natura prudens est, & eatenus primis rudimentis operam dedit, ut quæ audiuerit, maxime quidem ore proferre statim, sin id minus, at saltem scriptis mandare ualeat, is sermonem hunc nostrum, modo sit ex toto ueritatis amator, sibi subsidio futurum scito. in hoc enim uis tota consistit, primum quidem aptum ad ueritatem natum esse: deinde optima ac liberali educatione usum fuisse. at qui in ueritate explorandam minime natura feratur, & in flagitiosis in honestisque studiis altus fuerit, nequaquam iste aut sponte commotus aut ab alio concitatus ueritatem unquam appetere ualebit. quo circa neque ego unquam id genus homini opem ferre pollicitus sum. sed, ut modo retuli, ueritatis amico iter illud ostendere pro uiribus conabor, quod in omni uita perquisiui: illudque solum esse, quod proxime subiiciam, mihi persuasi.

Quod

Quomodo quis methodum, uerâ ne sit, experiat.

Existimo namq; ut dixi, prius illis perceptis, quæ de ostensoria methodo à maioribus nostris tradita sunt, in alijs rebus ante periculum fieri debere, nunquid re uera aliquod quæsitum inueniant; esseq; huiusmodi rerum naturam idoneam, ut suis inuentoribus testimonium perhibeat: ut exempli causa in hoc, datam rectam, aut præceptas partes diuidere: fortassis penitus rudes, quidnam dicant, non intelligunt. ego uero perinde atq; si omnes ipsi adessent, clarius dicere incipiam. Rectam datam sermo noster intelligit, lineam aliquam rectam in superficie exacte læui propositâ, præceptas autem partes pro sumētis arbitrio, si quis propositam rectam in quinque æquales partes, aut septem, aut uiginti, aut centum diuidi iubeat. nam si tu per te methodum unam nactus, aut ab alio edoctus atq; utilis, in quot uelis partes propositam rectam partieris, res ipsa tibi testis erit, omnesq; particulae ita diuidentibus exquisitè cernentur æquales. atque id genus omnia problemata exactè reperta per ipsa euidentiâ confirmantur: ut, cum dato quadrangulo circum, aut pariter & dato circulo quadrangulum circum intus uel ponere iubemur: item cum dato quinquangulo æquilatè et equi angulo circum, ut exterius circumponamus, quis præcipit: si quis etenim singula hæc ea, quam didicit, methodo describerit, res ipsa quæsitum iam exploratū esse testabitur: At non itidem, genitūne an ingenuus sit mundus, res ipsa testabitur, quemadmodum neq; finitūne sit infinitum uniuersum, aut quantus sit maris fluctuum numerus: nullum enim huiusmodi quæsitum ex ipsa re, quæ inuenta esse uideatur, diiudicari potest, quemadmodum si circulo figuram duodecim laterum æqualium rectorūq; angulorum circum intusq; dare iussus id statim feceris. intus namq; & circumscripta figura euidenter conspicitur: sicut & circulus huic multiangule figuræ intus circūq; datus agnoscitur. itaq; cum demonstratoriam methodum ad quæsitum nos ducētem inuenierimus, testimonium ex ipsa re haud obscurum accipiemus: & exinde coniecturas haud paruas ipsius ueritatis habebimus: ut aliquando & in his, quæ id euidenter testari queant, ea uti audeamus. neq; statim in rebus maximis à quoq; periculum faciendum esse existimo: siquidem ad felicitatem ducētia maxima sunt: sed in aliqua prius materia exerceri conuenit, quæ illorum errorem, qui se quæsitum falsò inuenisse autumant, redarguat, & uere inuentis suo testimonio faueat. Huiusmodi methodus in geometria reperitur, arithmetica, supputatoria, astronomia, & architectonica: nomine autem architectonica horologiorum, clepsydrearū, hydrocopiarum, & machinamentorum omnium descriptiones amplector, inter quæ & pneumatica, hoc est, spirabilia quæ uocantur, existunt. Hæc profecto omnia inuentoribus suis testimonium perhibent haud secus, q̃ astronomia inuenta, quæ &

A ipsa ex euidentijs diiudicantur, examinantur, & testimonio confirmantur. Solis namq; & Lunæ defectus, & quæcūq; circa fixas errantesq; stellas conspiciuntur, inter ea, quæ manifesto apparent, reponuntur. Manifestum præterea est sermones nostros omnium illorum animos percellere, quibus iam prouecta ætate non multum temporis superest, ut in rebus illis demonstratoriam methodū exerceant, quæ ipsius ueritatem perspicue testari ualeant. aut enim ut proxime dicebam, proprio amore decepti: aut umbratili quadam sapientia, aut honoris inanisq; gloriæ cupiditate, aut arrogantia iactantia, aut auaritia perciti, nonnulli sibi ipsis, nonnulli uerò alijs se aliquid firmi scire persuadent, quocirca nihil mirum fuerit in proprio uniuersūq; auditorio suis hæc discipulis probare: quorum aliqui asinino ingenio sunt, aliqui uero acri, sed in primis disciplinis nequaquam exercitati: nam id genus uentosis atq; ineruditis præceptoribus expedit, arbitror, tales habere discipulos. quicūq; enim natura prudens, & in disciplinis antea uersatus fuerit, ipsos illico floccifecerit, sicuti & ego adhuc adolescentiæ annos non egressus multos doctores contempsit: qui nonnulla demonstratis scientiis in geometria repugnantia ostendere audebant, neq; demonstrationis simulacrū quoddam esset, unquam cognouerant. si quis igitur ueritatē exploraturus prius arrogantem iactantiam, nimium sui amorem, honorum & gloriæ immoderatā libidinem, falsam persuasionem sapientiæ, atque auaritiam ex animo suo extirpauerit, iste planè ad ipsam peruenit non mensibus modo, sed annis multis postea, cum ante sese exercuerit, atq; placita ad beatitudinem, & ad calamitates ducere ualentia indagauerit: illis uero, quas dixi, perturbationibus furentem ac debacchantem ad tam longum iter pigrum atq; impeditum uideo: at illos nempe odio prosequor, qui insidiatorem calumniatoremq; efficiunt. huiusmodi enim uitij suos ipsorum discipulos præoccupare ac inficere solent, neq; id genus sermōibus, quales nos hactenus fecimus, aures unquam præbere æquo animo possint. sanè oppido facile est præceptorem graui ac seuera facie dicentem imperitis adolescentibus persuadere expeditissimum esse ad sapientiā iter, idq; à cynicis uocatis philosophis affirmari testantem: siquidem & isti placita sua breuem esse ad uirtutē uiam contendunt: at ipsorum nonnulli sententiā hæc damnantes non ad uirtutem, sed per uirtutē ad beatam uitam cynicam philosophiam iter esse confirmant, cæterum nonnulli uerius ipsam declarantes imperitam istorum hominum temeritatem ad inanem iactantiā breuem esse uiam testantur. Itaq; ut cynici omnes, quos uitæ nostræ tempore conspeximus, ita & eorum quidam, qui se philosophos profitentur, euitare se in rationali contemplatione exercitationem non eunt inficias: dein de, cum à nobis discesserint, cum uulgaribus hominibus, caprarū uidelicet bouūq; pastoribus, fossorib; atq; melloribus cōgredi indignū putant, quòd

quod scilicet ea, quæ à se dicantur, isti, utpote in ratione differendi nūquam uersati, minime assequantur; idq; nimirum insolenter faciunt, perinde atq; si ipsi unquam in primis se disciplinis exercuissent ac non repente de uitæ fine, de bona atq; aduersa fortuna à præceptore demonstratorios, ut ipse credebatur, sermones audiuissent, ipsiq; eo, quod nō essent exercitati, fidem adhibuissent: quæ planè ijs, ut dixi, ob falsarum uerarumq; rationum similitudinem causæ falsorum decretorum extiterunt. similitudines autem exacte illi dignoscunt, qui singulas integras materias diligentissime tractauerunt. at qui repente materiam aliquam non exercitata ratione aggreditur, nullo pacto falsas à ueris argumentationibus distinguere separareq; ualebit. huiusce rei manifesto indicio sunt uocata sophismata, quæ rationes quadā falsæ sūt ad uerū imaginē dolose constructæ. harū mendaciū ex conclusionē, quæ uera non est, aperte deprehenditur. quoniam uero falsæ rationes aut sumptū aliqd' falsū aut conclusionē haud recte illatā habeant necesse est, & hæc in sophismatibus haud ita facile cōspiciuntur, ab illis, qui in differendo se non exercuerunt, uix utiq; deprehendi poterunt. Igitur cum rationem mendacem esse concedamus, quod omnibus conclusionis mēdacium euidenter pateat, nihilominus in exercitatos nodi solutio præterit. quocirca tutius isti cautiusq; egerint, si rationes omnes suspectas habuerint, nulliq; prius assenserint, quàm se falsarum uerarumq; rationum similitudines exquisitè distinguere posse sibi persuaserint; aliosq; sibi quæstiones proponere patiantur, uolentibus iporum eruditionis periculum facere permittentes. num aliud igitur consulunt, quàm quod discipulis, ut se in sophismatum dissolutione exerceant, præcipiunt? quæ nihil aliud, ut antea dicebam, prorsus fuerit, quàm inter ueram falsamq; rationem similitudinis agnitio. necessum itaque sit uerarum prius argumentationum naturam didicisse; in ijs namq; uersatus, ipsarumq; speciem exacte iuxta celeriterq; percipere assuetus, haud ægre, puto, falsas agnouerit. ego nempe id re com monstraui, cum adolecentes in disciplinis uersatos ueras rationes cognoscere edocui, & alicui ex præsentibus, cui libuisset, ut aliquod ipsis sophisma proponeret, iussi. ipsi enim sophismatum absurditatem deprehenderunt, quæ aut in figuræ nō syllogistica in concinnitate, aut in sumptionū falsitate posita esset. atq; ita istis inanis sapientiæ nomine præditis, istis inquam senioribus sophismata explicare nequeuntibus euidenter patuit, id ipsis incommodi ex uerarum rationum ignorantione provenire; quod sit, ut summopere dānari mereantur, eo quod ex temerario assensu miseram degant uitam. falsam enim de uitæ fine opinionē ad miserias calamitatesq; ducere omnes testatur: isti uero homines quidam sunt in discernendis ueris falsisq; rationibus nunquam exercitati, interdum opinionis alicuius ueritatē intelligere se credētes, & contingentē rationē se dixisse ignorant, ac tan-

quàm sensibus, quæ opinantur, euidenter apparent, nos sequi, et absq; demonstrationibus credere iubent; interdū uero, cum sola indicatione oratio egeat, demonstratione ipsam cōfirmare nituntur. atq; ita sanè quo differat demonstratione egens ab eo, quod primario atq; ex se notum est, ignorant, nihilominus tamē de rebus, quibus magna cōtemplatione opus est, temere loqui aggrediuntur. atqui in his erroribus multi, qui iandiu in philosophia cōsensuerunt, inuoluti sunt, quid igitur, pro Iuppiter, istorum ne inscitia, umbratilisq; sapiētia tibi facile curari posse uideatur? an & ille etiam, qui triennium, aut quadriennium præduro tumore doloris sensu carente laborauerit, unquam sanabitur nunquam profecto senum istorum animum inscitiae apparentisq; sapiētiae scirrho triginta iam annos occupatum ad sanitatem redire posse crediderim. at, si uelis, id posse fieri ponito; deinde dicimus ne spatio, an mensium, an annorū huiusmodi scirrhū curatio egeat, æstimato. itaq; ne amplius admirator, quam ob rem multos istorū, qui se philosophari prædicant, neq; alloqui, neq; cum ipsis disputare dignum existimo. omnes em̄ priuatos homines, natura prudētes, eaq; disciplina institutos, quæ iam pridem à Græcis probata est, istis meliores præstantioresq; cognoui. facile enim quæcūq; se euidenter consequuntur, agnoscunt: istos uero altercantes, aut quæ placitis iporum aduersentur, percipere dissimulantes plerumque expertus sum. porro cum millies olim cum plerisq; philosophorum, quæ quæq; propositum finē uitæ consequatur, disputauerim, alij quidem omnes, quod primis rudimentis optime instituti sint, acutum ingenium habent, ipsiq; uē uiuendū modum concordem suis placitis dicebant, sermonemq; nostrum recte intelligebant: at illi in quadam inani sapientiæ opinione (ut supra posui) ad senectam usque uersati soli cōtraria sentiebant; deinde cum ab omnibus præsentibus deriderentur, ad conuictia iurgiaq; se conuertebant. Verum quæ à nobis sapius unā cum multis uiris de quoque pro singulis finibus uitæ genere explicata sunt, in alijs habes commentarijs tradita; multaq; errorū, quos isti committūt, exempla in illis scripta sunt. nam quæcūque isti diuersis sectis addicti uitam corruptentes inter se contraria faciunt ac dicūt, ex falso iudicio proueniunt, peccataq; sunt, quæ in qualibet secta committuntur; siquidem ueridica atque optima secta non finem solum, uerum etiam genus uitæ fini illi consentaneum adinuenit. Quamobrem quid inter peccatum perturbationemq; intersit, hinc apertissime discere liceat. Aliquis, exempli causa, placitum hoc instituerit, homines iuuare, hominibus egentibus re uera opem ferre cupiens; cæterum iste aut somno, aut scordia, aut uoluptatibus, aut aliquo id genus alio impeditus subuenire afflictis neglexerit, ex quadam perturbatione errauit. Alius uero quispiam sibi ipsi tantum uoluptates curarumq; uacuitatem comparare statuens, ac propterea ciuibz suis, aut domesticis

domesticis iniurijs affectis auxilium denegans, ex praua opinione profecto, non ex aliqua perturbatione peccauerit.

Quod de cuiusq; uitæ fine opinio falsa peccatorum causa sit.

Multorum sanè peccatorum falsa de cuiusq; uitæ fine opinio fons & origo est, ex ea enim tanquā ab radice quadam singula peccata exoriuntur: potest tamen aliquis de uitæ fine recte sentiens in aliquo particulari consecutionem haud intelligens aberrare; cæterum tibi, (ut proxime dicebam) actiones uitæ singulis finibus congruentes in alijs cōmentarijs latius enumeravi: in præsentia peccatorum sola capita perstringam, quæ & repetere satis esse duco, ut propositorum compendium quoddam facile memoriæ mandandum conficiā. quandoquidem enim in finis contemplatione felicitatis humanæ principatus ponitur, haud ab re in ipsum inuestigandum omnes incubuerunt; de quo qui se ipsos magni faciunt, prompte sententiam suam tulerunt: prompte autem sententiam tulerunt, aut omnes, aut uno tantum excepto: quem ipsum neque in confesso est id fecisse, antequam de demonstrationibus iudicauerit, essent ne re uera demonstrationes, an illi ita esse uiderentur. hominem igitur propria peccata obseruantem atq; animaduertentem illud ipsum in primis cogitare oportet, iustum esse omnino eos curiose diligenterq; audientem, qui sese quæsitā ostensione probauisse arbitrantur, postea ipsa diiudicare conari; atq; iterum hoc loco cum ab ipsis acceperit: quem in orationibus iudicem ueritatis statuunt, deinde iterum hæc ipsa secum, ut sese habere oporteat, reputans, consideransq; nunquid ipsi rursus iudicandi instrumentum altero egens instrumento intelligant, deinde post illud rursum alio, idque ne in infinitum protrahatur, suspicans multum ocium nactus longo temporis spatio unā cum uiris, qui ipsi maxime ueridici uideantur: ita primum omnium iudicandi instrumentum contempletur: quod scilicet altero instrumento non egens inuenire opus est, inuentumq; omnibus hominibus ostendere: id uero & absq; diiudicatione conceditur, eandēq; quā omnis demonstratio, uim præferre potest: atque ita, quod superest, in ipsum respicientē omnia ad id particularia redigere cōuenit, quod sanè resolutionē nonnulli philosophi uocauerūt: ueluti ascensum quendam ab his, quæ media sunt, ad primarium iudicationis instrumentum. utpote aut in re ualde difficili, quemadmodū opere plerumq; didicisti in istis uano sapientiæ nomine præditis, petulantibus, ac propterea ludibrio habitis, q̄ neq; uulgaria que sita ad primum illud instrumentū iudicandi redigere ualeant, sibi ipsi eum cōstare oportet, qui scientiæ capax esse uelit, atque in multis singularibus, quæ ipsam inuentā esse testari possint, ut antea dictum fuit, sese exerceat. huiusmodi sunt aut ea, quæ in arithmetica linearumq; scientia habentur, quibus ueluti gradibus astronomia & architectura nituntur, age enim ut declarandi causa ex architectu

ra exemplū aliquod promā, urbe cōdita ipsam habitaturis propositum sit non per coniecturas, sed exacte quotidie scire uelle quantum diei temporis iam elapsū sit, quantumq; usq; ad solis occasum superlit. id problema sanè in resolutoria methodo ad princeps illud iudicatorium redigi opus est, si quis ipsum, quo dixi, modo in gnomonica tractatione inuenire debeat, rursusq; ex illo per eandem uiam, sed contrario modo proficiscendo componi: quemadmodū & hoc in eadem tractatione didicimus. porro in hunc modum cōmuni generaliq; uia comperta, nobisq; cognoscētib; ex huiusmodi lineis temporis partium dimensionem fieri necessum esse, ad corpora deinde transire cōuenit lineærum descriptionem uocatumq; gnomonem susceputura, ac primum uestigare, quæ corporum figuræ ad inuentā descriptionem idoneæ sint, deinde in illis singulis, qualis nam hæc descriptio fieri possit, ex resolutione compositioneq; inuenire. ac posteaquā rationalis methodus euidentem nobis propositorum inuentionis confirmationē præstiterit, mox ad ea exequenda, quæ per ipsam inuenta sunt, accedentes, iterum considerabimus, quo modo depingendi corporis superficiem planam æquabilemq; reddemus, hoc deinde per resolutionem et compositionem adinuento aliquod huiusmodi corpus fabricati per instrumēta ipsum lineis designare tentabimus: iterumq; ex resolutione ac compositione eo comperto, eiusdem speciei corpora, qualia nos methodus edocuit, construere enitemur. cumq; postea in multis deinceps figuris delineatio facta, hominibusq; ut re experitur, diuulgata fuerit: iam id, quod à principio propositum fuerat, exploratum est. quando em̄ prima linea primum solis radium excipit, itidemq; postremum ultima, atq; hoc in omnibus solaribus horologijs depictis apparet, iam profecto unum quoddam euidens indicium, quod res proposita inuenta sit habebimus: item alterū, cum omnia delineata corpora inter se concordant, necnon & tertium, cum æqualis aquæ fluxus ipsis respondet. hoc etenim depictorum horologiorum ueritatis iudicatorium futurum ratio adinuenit: quod dico aut huiusmodi est. uasculū ex quauis materia confectum perforato, primumq; solis radium intuitus aquæ mundæ imposito, deinde tibi cum pictū horologium primā horam præterisse nunciauerit, tu quantā uasculi portio aqua impleta fuerit, adnotato, ea q̄ effusa iterū uasculum eidē aquæ imposito: & cū secundā horam solare horologium significauerit, uasculum aspicio: postea cum aquam in ipso ad eandem partem peruenisse, ad quam & prima hora peruenit, inueneris, adnotato celeriter, & exhaustum uasculum iterum in eandem aquam immittito, ac rursus obseruato, num, quoad tertā horam horologium indicauerit, ad eundem uasculi locū aqua perueniat, ad quem prima aut secunda hora peruenerat: quod ita factum esse inueniens, exhausto uasculum, & iterum ad quartam usq; horam in aquam demittito, itemq; ad eandem uasis partē aquam

aquam ascendisse conspicatus, ipsam statim effun-
 dito, denuoq; in eam demisso uasculo quintam si-
 militer horam explorato, cumq; & in hac ad eun-
 dem locum aquam peruenisse comperias, deinde
 in sexta & reliquis deinceps usq; ad duodecimam
 si prorsum ita fieri cognoueris, recte depictum esse
 horologium tibi persuaseris, quandoquidem pro-
 positum demonstrauit: propositum erat autem, in
 duodecim æquas portiones totius diei tempus es-
 se distributum. porro numerum hunc tanquam
 omnium utilissimum delegerunt, dimidium enim
 continet, & duplum, & quartum, & sextum, & duo-
 decimum, quæ nullus alius post ipsum numerus
 usq; ad uigesimalum quartum continere uidetur. Huc
 sanè tanquam exiguum repudiarunt, & duodena-
 rium numerum ueluti commodorum iudicantes
 in tot particulas totius diei tempus diuiserunt. Hæc
 autem partitionem ex usu esse alij multi & Roma-
 ni ipsi experientia comprobantes atq; utentes o-
 stendunt: siquidem hæreditatem omnem, cum te-
 stamentum cõdunt, in duodecim portiones distri-
 buunt; & ponderum ac mensurarum, quibus in ui-
 ta opus est, plurimas in duodecim partes diuidunt.
 tu uero si iubeas, tibi per methodum horologium
 depinxero, ac deinde, siue in duodecim partes, si-
 ue in alium quempiam sequentem numerum in-
 tegrum diem parti uolueris: in illo profecto id,
 quod proposueras, itidem factum esse comperies,
 quando & perforatorum uasculorum mensuræ re-
 spõdeat, & omnino inter se depicta horologia cõ-
 sentiant, eo quod ultimæ in ipsis lineæ diei fines
 cõcludant. ad hunc sanè modum & uasculi, quod
 græci clepsydræ uocant, fabricam ratio metho-
 do resolutoria uestigans inuenit, cuius iterum ex-
 perimentum uel plebeijs hominibus euidentius est:
 summa enim eius lineæ duodecimam horam signi-
 ficans excelsissimum locum habet, qua parte clep-
 sydra longissimum diem dimetitur: breuissimum
 uero, ubi lineæ breuissima est: inter utraq; media
 est, æquinoctium quæ declarat: ac deinceps quar-
 tam pertransiens perinde omnes anni dies metie-
 ris: quod in medio interest usq; ad æquinoctialia
 foramina in clepsydræ labris tibi prædictos qua-
 tuor dies significabit: à quibus foraminibus post
 id, quod longissimum diem significat, inuenire sci-
 licet incipiam, usq; ad quam partem altioris in clep-
 sydra lineæ hora duodecima transacta aqua per-
 ueniat, post illa uero item tertia à duodecima con-
 uersione unam illam in clepsydra lineam, quæ rel-
 fassimam esse dixi, dimetientem reperies: quinetiã
 & alias lineas, quæcunque excelsissima inferiores
 sunt, alias horas metientes inuenies, quartam qui-
 dem à duodecima: omnibus autem anni diebus
 undecimam horam significant secundum eius dis-
 ferentes partes, ut de suprema ante dictum est: ac
 deinceps quintam, aut sextam horam secundum di-
 uersas partes significantem, atq; item sequentem
 septimam, octauam, aut nonam, ac reliquas usque
 ad imam lineam horam primam inuenire in sola-
 ribus horologijs clepsydra iam aquæ plena tibi
 patefiet: quemadmodum & quarta & reliquæ usq;
 ad duodecimam inter se quidem æquales lingulis
 quibusq; diebus apparent, ad alias autem aut præ-
 teritas aut futuras relatæ inæquales: deinde metho-
 dum hanc inueniens non cupiueris, heus tu, quid
 sit cognoscere? non ne tuam inanem scientiæ per-
 suasionem percepisti? qui proposita hæc cum ne-
 scias, nō per anni spacium, aut, rectius ut dixerim,
 non in omni uita inuenire ualeas: neq; enim hæc
 unius hominis uita adinuenit, sed paulatim linea-
 rum scientia prouecta est: primo quidem elemen-
 taribus ipsa præceptis ab aliquo uestigatis: postea
 cum hæc inuenta sunt, posteris hominibus deinceps
 contemplationem illam summopere admira-
 bilem, quam resolutoriã nominari dixi, proponen-
 tibus, seseq; in ipsa & alios, qui uoluerint, quàm
 diutissime exercentibus: neq; tamen aliquod hu-
 iusmodi manuarium opus, qualia hæcenus de so-
 laribus horologijs atq; clepsydris declarauimus,
 architectari potuerunt. At neq; temerarij erant, ne-
 que arrogantes, qui huiusmodi res indagabant,
 quales isti, qui sapientiam se querere, aut inuenire
 se gloriantur: illi autem uerissimo sese honore de-
 corantes, facultatem, quam in anima optimã ha-
 bebant, exercere, & ad finem perducere cupiebant,
 rationabilem scilicet dico, quæ exercitata, & bo-
 num habitum sibi congruentem adepta longe ma-
 iores uoluptates, quàm illi, qui corporis uolupta-
 tibus pefruuntur, accipiunt. nulla etenim alia qua-
 dam facultate ab hircis, uermibus, porcis, pecudi-
 bus, atq; alinis distamus: neq; ulla alia contempla-
 tio ingenui uiui animum uehementius, quàm hæc
 resolutoria facultas, oblectat, cum præsertim in ip-
 sa quispiã magnos progressus fecerit: inter initia
 uero, quemadmodum & alix ferè omnes discipli-
 nae, laboriosa est. quod si nihil etiã delectationis af-
 ferret, cum tamen in rebus maximis nobis usui fu-
 tura sit, in ipsa exerceri optimum fuerit: cum illud
 præcipuum (ut modo diximus) habeat, ut quantã
 uoluptatem afferat, res per ipsam inuentæ decla-
 rent: quod in his, quæ à philosophia indagata sunt,
 neuti quàm repertum est. quocirca eos, qui in ipsa
 petulantius garriunt, pudeat: neq; enim, ut qui ho-
 rologium clepsydræ uideat recte designauerit,
 à re ipsa euidenter coarguitur, sic & philosophiæ
 præcepta euidenti examine refutantur: uerum, ut
 quis uoluerit, ei dicere licet, cum semel impudens
 absq; rationali methodo ab ipsis rebus sese edoceri
 affirmat. quod si eos solos res uocem adeptæ allo-
 cutæ forent, haud ab re sese factarent ac gloriaren-
 tur: at cum res sileant, neq; nos, neq; illos alloqua-
 tur, iam satis patet, solam, quæ in nobis est, rationa-
 bilem facultatem rerum naturam exploratum ire.
 res igitur inuenire potens id prius in rebus euide-
 ter hoc testantibus demonstrato, & methodum nobis
 dicito, cui omne problema resolutorie subijcia-
 tur, ac uerarum falsarumq; rationū similitudines
 depromens ostendito rationi, cuius uitium depre-
 hēdere liceat, in rebus obscuris non esse fidē habē-
 dā. omnia hæc homines recte dicta esse cōsentiant,
 præter

præter istos temerarios & falsa doctrinæ persuasio
ne inflatos, quibus ad ueritatem uia neq; lōga ad-
modum est, neq; eiusmodi, qualem Hesiodus ad
uirtutē esse cecinit, sed breuis ac plana, aut potius
nulla est. nempe si res ipsæ naturā suam omnes ho-
mines edocent, non decet in rationalibus metho-
dis sese exercentes, frustra operam et oleum perde-
re. nonne igitur o maxime cunctos sapiētia excel-
lere uobis persuadētes, hoc saltem nobis alijs, qui
nondum sapiētiam uestram affecuti sumus, ma-
nifeste cōcesseritis, omnes homines oportere om-
nium rerum ueritatē cognoscere, quandoquidem
ipsarum natura seipsam patefacere abunde ualeat.
tergiuersantur iterum, cum ita fuerint interrogati,
non omnesq; aiunt, à rebus edoceri. quinam igitur
sunt isti, quos res ipsæ edoceant, nobis iterum
percontātib; se ipsos solos aiūt. quid enim aliud
respondere queant, iactantiā, scilicet quam ab ini-
tio professi sunt, tueri constituentes? At profecto
nos istis de se quicquid uelint pronuntiātib; ne-
quaquā credimus: cur enim proh dij immortales
solis his res ipsæ naturam propriā declarauerint?
num idcirco quia nihil ex primis disciplinis perce-
perunt? Sed hoc merum mendaciū est: alij etenim
pleriq; ne illas quidem ulla ex parte delibant, q;
* si rationabilem animū uim in disciplinis exercui-
sent, effectus id eos posse facere testaretur. atqui
nondū eiusmodi contemplationem attigerunt. di-
cent autē forsan, solos se perspicaces à natura crea-
tos, atque res acutissime cernere, quemadmodum
Lynceus subterranea intuebatur. quid igitur, si a-
deo acri admirabiliq; ingenio sunt, in id genus
propositis excutiendis, quorū inuentio ueridicos
esse inuentores manifestat, planē ridiculi conspi-
ciuntur: nullū enim eorum isti unquā inuenire po-
tuerunt: quin & eorū inuentoribus declarantibus
ac edocentibus alijs sanē discunt, isti uero soli & in
* exercitati, & ingenio tardi percipere nequeunt: de
inde me amici prouocāt, ut an aliquis ex ipsis for-
te me intelligere possit, experiar, sed nullus ipso-
rum, quod dixi, recitare ualet. Quenam itaq; cæci-
tas in proprijs dignoscendis uitijs hac istorū igno-
ratione maior est: quod uulgaribus hominibus se
se rudiores cum uideant ad ea percipienda memo-
riæq; mandanda, quæ ab arithmetica, geometria,
architectonica, astronomiaq; reperta sunt, postea
philosophiæ abstrusissimos locos adeo facile ex-
ploratos sese habere censeāt, ut res ipsas sese osten-
dere absque demonstratione, rationaliq; methodo
contendere audeant. porro q; sponte inter se adu-
lentur, neq; ueritati inueniendæ operam nauent,
ex eo scire licet, q; de re aliqua singuli inter suos
tātum discipulos differunt, omnesq; alios tāquam
aberrantes calumniantur atq; uituperant: ego ue-
ro si in unum eos locum cogere uelim, id non fe-
runt, sed statim uerecundiā prætexunt, neq; se co-
ram hominū multitudine sermonem habere pos-
se confirmant: nihilominus ipsorum alius uiginti
auditores habet, alius triginta, & nonnunquā plu-
res, neq; inter illos dicere erubescūt. uerum ego si

Galen.

A tres aut quatuor eorum sermonibus interesse uo-
luerim, exēpli causā platonicos quatuor, tres aut
quatuor epicureos, totidem numero alios stoicos
et peripatericos, ad hos tres academicos, aut uoca-
tos scepticos, hoc est, consideratiuos, ut omnes ex
philosophia uiri uicenariū numerū expleant, præ-
terea ultra enumeratos si totidem adsint, qui ratio-
nalem potentiā in mathematicis exercuerint, sed
philosophicos sermones ignorēt: tunc nullus isto-
rum eiusmodi uirorum conspectū sustineat. quod
si nōnunquam ab hominibus nulli sectæ addictis,
in dicendo autem exercitatis coacti eiusmodi ho-
minum cōtib; interesse nō recusent, dum isti in-
ter illos altercant, suasq; rationes conglomerant,
multoties aliquis geometra superuenit, accendit
B & medicorum nōnulli, & alij quidam dicendi stu-
diosi, & mathematicis disciplinis instructi, eas qui-
dem, ut quæstum facerent, exercentes, & nulli in
philosophia sectæ inservientes, atq; tunc, ut mihi
moris erat, ab ijs petij, ut istorum philosophorum
rationes dijudicārēt: tum eorum quidam optime
controuersiam sedari posse, inquit, si in id, quod
mundum cōtinere isti aiunt, uacuum profecti, ex-
periantur nunquid in eo positū corpus una in se-
de manere, an & ad alium quoq; locum transferri
aptum sit. alij quidem omnibus hæc dicta placue-
re, soli ipsi inter se, nobiscumq; rixari non destite-
runt, probabiles rationes à necessarijs distingueri
nequeuntēs. potest em corpus in uacuo uno loco
manere, potest & nō manere, neutra secta necessa-
C riam ostensionē habente. Sed iam mihi tēpus ad-
uenisse uidetur, ut & ego aliquid in medium affe-
ram, parū sanē sperans ab istis suam inanem scien-
tiæ persuasionem relictū iri: neque tamen id ipsum
exiguū esse duxi, ipsam uidelicet nō intentatam
relinquere. id igitur ab omnibus conceditur, om-
nem demonstrationem ab euidentissimis inchoa-
ri: sed illico primus ab ipsis ad ignota transitus ab
academicis & consideratiuis appellatis philoso-
phis nōn conceditur: inter nos uerō id conuenit,
(quod illorum ambiguitatē auget,) diuersum ab
euidētibus id esse, quod inuenimus. cum enim ex
euidētibus aliqua intelligentiæ, aliqua sensui eui-
dentiā sint: inter se nonnunq; hæc pugnare uiden-
tur, atque in primis hoc ipsum homine exercitato
eget, hæc neuitquā inter se dissidere ostensuro. se-
D cundum ab hoc maximum est, quæ euidenter cla-
ra sunt, huiusmodi esse cognoscere: quidam enim
temere, nondū clare apparētibus perinde, ac talia
sint, assentientes fallunt. sed quid mireris inquires,
id in rebus intellectui claris temerarijs hominibus
accidere, id ipsum cernens & in singulorum sen-
suum actionibus quosdam cōmittere, cum ex lon-
giore scilicet interuallo, q; uidendi requirat poten-
tia, aliquem accedentē intuiti, exempli causā Dio-
nem esse qui accedat, tanquā exacte conspicati af-
firmant, atqui iste propius accedēs interdum non
Dion, sed Theon esse uisus est. itaque si procul &
propē uisorū imago non differret, minime de his,
quæ procul aspiciunt, inter se dissidentes, neq; re-

Tom. 2

i

dargueren

darguerent unq̄, neq̄ redargueretur: sin alia uero est prop̄ uisorum, alia nō prop̄ uisorū actio, ut illis, qui propius intuent̄, notū est, haud iniuriā nō nunq̄ decipiunt. hoc igitur ante omnia memoriē mādato, anteq̄ & tu interdū nimis inconsiderate ad intellectū manifesta pertrāseas; ne aliquid uisibile procul accedēs equū esse uerbi causa dixeris, qđ propius cū fuerit, Theodorus esse cognoscat: aut potius te in omni uita ab huiusmodi tam facili assensu abstineto, quem pro cidentiam & temeritatem nominant. mihi sanē id tantum de me tibi dicere liceat, nullus me unquam ita deceptum esse ostendere poterit, ab adolescentiā nanc̄ temporibus ita me semper assuefeci, ut tam in his, quæ sensui, q̄ in his, quæ rationi manifesta uiidentur, ab inconsulto & præcipiti assensu cauere: ad quæ transiens iam tibi iterum in memoriā reuocare hortariq̄ decreui, ut nulli falsō fidem habeas, ut quotidie permultos amicorū alicui quæ uis loquenti assentiri uideo: q̄ si duo, tres, aut quatuor idem dixerint, non renituntur: sed cum uni assensu planē fuerint, idem tribus aut quatuor dicētibz temere assentiuntur: neq̄ illud perpendunt, utrum istos omnes ex una cōmuni causā uerum dicere, aut cōtrā ex una cōmuni causā mentiri liceat. satius igit̄ fuerit hic cunctari, quemadmodū et ego facere soleo, & si q̄ maxime derisorem me & incredulum amici mei temere assentientes nominant. igitur nonnulli sunt, qui cum aliquem peregre aduenisse de quopiā audiuerint, statim mihi uenisse hominem renunciant: sed paulo post mendaciū conuicti & a mereprehenſi, tantum abest ut in posterū sese cautioreſ præſtent, ut etiā agre serentes mihi irascantur, dicantq̄ se non esse mendaciū autores, sed cuiusdam illud dicenti credidiſſe, eiusq̄ peccatum esse non suum, propriam in assentiendo inconsultā temeritatem considerare nolentes: nempe si, ut ego dicere consueui, hominē hunc mihi hac de re hoc dixiſſe: hunc in modum & ipsi auditos sermones æſtimarent, haud profecto deciperentur. nunc uero dum mendaciū referenti credētes falluntur, non illum modo, uerum etiā se ipsos mendaces esse demonstrant: cum amicū peregre in patriā rediſſe non ex renunciantibus, sed de ipſomet audire liceret. quandoquidē igitur huiusmodi rebus ipsorum haud multo post mendaciū declarantibus, nō desistunt tamen propense nimis fidem adhibere, quid in abstruſis atq̄ reconditis ipsis accidere putandum sit: quas percipere sanē q̄ difficile est: facilius quidem fuerit unius rei semper meminisse, q̄ in eius exacta cognitione perſiſtere: difficillimum autem iccirco fuerit, quoniā id ipsum facere pleriq̄ recusant. mihi uero huiusce præcipitis audaciæ causā querenti omnia hæc ipsi agere, ut reliquos ingenio præcellere cēserent, uisi sunt: celeriter enim quoduis aut sensu aut intelligentia cōsequi laudabile est: quod solum isti homines inuidentes sese uicino apprehensionis celeritate meliores probaturos esse cōſidunt, cum tamen ignorantia potius celeritatem ostendat. hæc itaq̄ a me

A generatim aduersus omēs temere aliquid pronunciantes inuenta dicere uolui. Caterū ad istos rursum philosophos reuertamur, qui inconsiderate de corporibus in uacuo stātibus, aut descendētibz sermocinant̄. Architectus nanc̄ ita non affirmasset prius, q̄ in ipsum mundi uacuum egressus rem experientia comprobasset, atq̄ unumquodq̄ in uacuo positum corpus aut eundem locum obtinere, aut in alium transmutari apertissime conspexisset: eiusmodi nanc̄ ad ostensiones cōstituendas principiis euidentibus, ac sine controuersia ab omnibus concessis ipsos uti cognouimus: at uos philosophantes quorum nullam certam noticiā habetis, ea q̄ clarissime dignosci posse contenditis. Proxime duos altercantes philosophos audiui, alteri enim eorum aqua lignis grauior esse uidebatur, contra alter ligna grauiora esse defendebat, uterq̄ autem susq̄ deq̄ longas rationes conuoluens asserbat. caput præcipuūq̄ alterius philosophi argumentum erat, cōstrictam densamq̄ substantiam grauiorem esse, quocirca ligna q̄ aqua, grauiora essent. alterius ratio potissima fuit, aquę minus uacui q̄ lignis inesse, ideo ipsam quoq̄ grauiorē esse debere. hæc uero dicebāt prolisissimis sermonibus nō demonstratiuis sententiam suam roborantes, tanquam ipsis rem sensu diiudicare (quemadmodum & nos facere nouisti) non liceret. sed ipsum philosophi adhuc dicere uolentem interrogauerunt, quis nam esset modus, per quem euidenter apprehendi posset, utrum ipsorum grauius esset. neque enim in lancibus id fieri posse dicebant, quemadmodum neque ex uase pleno. etenim expendere lignum possumus, non tamen uas aliquod ipso reple: quod rursum aqua implere ualemus. hæc igitur istis (ut soliti sunt) garricētibz ridens architectus inquit, nimirū uos omnes opinione sapientia imbuti eiusmodi semper estis, quæ extra mundum sunt, de quibus cōſectura notitia accipere solum contigit, scientifice autem comprehendiqueunt, cognoscere uobis persuadentes: hæc aut̄, quæ ad manum sunt, uel imperitis hominibus interdum patentia penitus ignorantes, quemadmodum & id ipsum in præſentia propositū aquę scilicet ac ligni pondus exquirere. omnibus igit̄, qui ibi aderant, architectum rogātibz, ut quo pacto ligni & aquę grauitas inter se comparari diiudicariq̄ possent, edoceret, ipse quidē breui & aperte, ut omnes præter solos philosophos intelligerent, explanauit: ab illis uero bis & ter eundem sermonem repetere coactus est, uixq̄ tandē sic rem apprehendere potuerūt. quocirca iure, inquit architectus, permulti nihil istis præter inanē sciētiæ persuasionem inesse prædicant: stulti nāq̄ & ingenio hebetes in rebus omnibus obscuris & reconditis conuincunt: at isti uano sapientia nomine præditi in notis & apertissimis herent atq̄ allucinant̄. tūc ego hæc eius sermoni subiiciēs haud iniuria id ipsis accidere, dixi, quādoquidē, ut a per se notis ad ignota transeundū sit, nunq̄ discere laborarunt, neque in illis sese rebus exercere, quæ recte inuenientium

nientium ueritatē comprobare, nō inuenientium A autem errorem coarguere queant, ceterum, ut rideatis, inquit, istorumq; fastus quantus sit, cognoscatis, unum aut duo ex ijs, quæ huiusmodi homines supercilia contrahentes inconsiderate proferrunt, recitare decreui, primumq; illud præcipue dixero. posteaquā peripateticus quidā philosophus accessit unicum esse mundum asserens, eumq; plenum, extra quem nullum esset uacuum, quemadmodum neq; intus: duplici differētia, dixi, ab hoc philosopho uterq; istorū discrepat, ostendi autem stoicum philosophū, & epicureum: stoicus enim in mundo quidem nihil uacui, sed extra mundum uacuum esse locum asserbat: ambo hæc epicureus concedens in alio quodam ab ipso dissentiebat. neque enim unum esse mundum, quemadmodū stoicus in hoc sanē peripateticis assentiens, opinatur: sed quemadmodū uacuum magnitudine infinitū, ita et mūdōs in ipso multitudine infinitos esse contendit. Ego uero, quæ isti tres suis somnijs patrocinari uolentes dicerent, audiui, ipsosq; nulla ratione ostensoria, sed probabili & coniectrice muniri exactissime cognoui: interdū uero neq; sese quod mentiantur, animaduertere: cum eos singulos, ut

in hoc idem propositum aliquam demonstratio- nem afferrent, prouocarem. hoc modo itaq; ea, * quæ in libris ipsorum scripta esse nouimus, diserebant: omnibus autem præsentibus clarissime nullus ipsorum rationem necessariam, aut linearū demonstrationi consimilem, sed ex argumentationibus, quibus rhetores uti solent, compositā afferre uisus est, sed hæcenus de diuitibus sermo habitus est. Ad nos igitur ipsos, quicunq; diuites non sumus, reuertamur: iterumq; aliquem ex sapientibus percunctemur: num æquum sit seipsos solos ueritatē cognoscentes predicare ab omnibus alijs tum imperitis, tum philosophis dānos. illud namque grauissimū est, (dicebam) singulos uidelicet philosophos extra proprium gregem à nullo alio laudari. quem igitur alium præter omnes philosophos iudicem, q̄ ipsa sensibus euidentia expectabunt: aut ex omnibus rationalibus artibus arithmeticos, ratiocinatores, geometras, astronomos, architectos, iuriconsultos, rhetores, grammaticos, musicos: etenim qui se ipsum iudicat atque coronat, aliorum iudicium si expectet sententiam, omnibus suffragijs cōdemnabitur. Hæc in præsentia de uitijs abunde dicta sunt.

CL. GALENI DE AS- SVETVDINIBVS LIBER

NICOLAO REGIO CALABRO INTERPRETE.

C

VRATIVARVM intentionū unam ab assuetudinibus existimantibus existere non solum optimis medicis, sed & omnibus hominibus: quidam omnibus bonis æmulantium conantur ei detrahere, interrogantes nos pro

pter quid nocitus quis secundū primum usum ab ouinarū carniū est, coactus iam secundū unam quancq; diem comedere eas per totum mensem, nihil amplius nocebitur, uel insuetis minus: deinde quodcunq; utiq; dicamus, euertere sermonem, æstimant simul cum hoc & rei essentia interemisse: quemadmodū si quis uniuersis cōtradicens eis quæ de modo quo uidemus opinionibus, neq; uidere nos concedet. Quoniam igitur maxima pars ad sanationum inuentionē ea quæ ab assuetudinibus est, euidenter apparet: & propter hoc quidem Hippocrates in aphorismo scripsit quadragesimo nono secundę particulæ. Assueti assuetos labores ferre, & si fuerint imbecilles aut senes, insuetis & fortibus iuuenib. facilius ferunt. Amplius aut pertransijt in lib. de diæta acutorum ea quæ ex insuetata nocumēta, & ea quæ ex assuetiori. Erasistratus autem eodem modo in secundo de paralyfi de omnibus assuetudinibus, similiter Hippocrati uidetur cognoscens: & adhuc cum his ueterū medicorum

Galen.

non est qui non cōfessam & incōtradictibilem causam dixisse uideatur. Etenim qui causam sualibilem uidentur inuenisse secundū materiam, alij unā, alij aliam inuenerunt. Quidam enim in cibis solū, alij uero in exercitijs uel adinventionibus, in omnibus aut materijs nullus. Quocirca & de frigida tione quam in acutis ægritudinibus facimus, multoties contra operantur nobis aliqui, prohibentes quidem dari febriētibus, iubentes autem nos contentos esse eis indicationibus, quas à patientibus particulis, uel locis, & ea quæ in eis dispositione, ætateq; & regione, & hora, adhuc aut ipsius laborantis crasi, & uirtute assueuimus sumere: ridiculosum esse dicentes, si phlegminante hepate, uentre, uel aliqua ita præcipuarum particularum concesserimus, frigidi potatori frigidū asserre potum, propter nil aliud q̄ propter assuetudinē. Similiter enim hoc esse aiunt huic, scilicet cōcedere balneum frigidū ita assuetos et si febriant: tanquā utiq; nobis omnibus qualitercunq; ægrotantibus assuetā agere cōcedentibus: sed † non cum omnibus alijs † al. nunc intectionibus, & eam quæ ab assuetudine assumen- tibus. Ari. deniq; Militinensis uir primatū tenens in peripatetica theoria, egritudinē incidens à frigidi potatione iuuari potentem, propter id q̄ nuncq; huiusmodi attulit potum, prohibuit cōsules bibe- re, scire aperte aiens, quoniā spasmabit gustans frigidū. Etenim in alio hoc dicebat uidisse, corporis habitu in cōplexione simili sibi, & calidi pota- tionis

Tom. 2

i

2

tionis

tionis cōsuetudinem habente. Si uero esset ei con-
fuetudo quemadmodū alijs potationis huiusmo-
di, maxime quidem neq; ipse timeret eius oblatio-
nem. Hic uero & hæc passus est. Coegerunt enim
utiq; assistentes medici omnino eum. Ille quidē ita
mortuus est ut didici. Interrogantibus uero me ad
uenientibus ei morienti, utrum sicut in alijs usus
fui, his quidem per totam ægritudinē, his uero in
aliquo tempore dare frigidū uerentibus medicis,
ita utiq; ausus fuissē facere et in illo, uel bene con-
siderauit sui ipsius cōplexionem homo: Respon-
di eis recte eum considerauisse: ualde enim erat
gracilis: & os uentris frigidissimū habebat à prin-
cipio ut singultuaret confestim, si quandoq; breui-
ter infrigidaretur. Sed quemadmodū hic nō utiq;
sustineret frigidū potū propter dissuetudinē, et cor-
poris naturā, & nimirum egritudine indicante: ita
alijs dedi ualde audēs, si casus certus febris fuerit
nullo apparente uiscere phlegmināte. Non ualde
autem audax solū, sed etiam prædicendo proprijs
laborantis siquidē non biberit, mori omnino ho-
minem: si autē biberit, plurimas spēs habere salutis:
ita dedi, et cū deo dicendo omnes liberati sunt qui
ceperunt. Quocirca diuturna experientia appro-
bato auxilio, ad causę inquisitionē eundem est: re-
memorantes prius eorum quæ scripserunt Hippo-
cratē in libro de diætā acutorū: Erasistratus au-
tem in libro de paralyti. Igitur Hippocratis qui-
dem series ita habet. At uero bene discibile est us-
que, neque his coquere cibaria. Deinde infra adi-
ciens qualiter utiq; quis nocumētū horum sanet
copulās, rursus de transgredientibus assuetudinē
ita scribit. Adhuc autē magis utiq; laborabit hic ta-
lis usq;. Si uero quis multo tempore euacuationē
uasorum passus repente cœnauerit, adhuc magis
utiq; grauabitur. Post hoc rursus Hippocrates
quemadmodū & ante, correctiones quasdam sien-
tis nocumēti in eis qui præter consuetudinē eta-
cuationem uasorū passi sunt scribēs, deinceps rur-
sus ita ait. Multa uero fraterna his de uētre & alia
dicet usq;, neq; illud posse repēte alterata. Ab Hip-
pocrate quidem igitur sufficiunt quæ usq; huē scri-
pta sunt exempla uirtutis assuetudinum; Erasistra-
tus autē in secundo de paralyti ita qualiter scripsit.
Oportet autē ualde multā cōsiderationē facere de
assuetudine & dissuetudine debentē secundū mo-
dum mederi, usq; si debet in non multis eorū quæ
secundum medicinā claudicare. Hęc quidem glo-
riosissimi medicorū Erasist. & Hipp. dixerunt de
uirtute assuetudinū, non rationi intentionem eo-
rum attribuentes, sed ex aperte apparentibus do-
cti. Quemadmodum quippe et alios homines qui
cunq; non sicut sues uel asini uiuunt, sed assequun-
tur à quibus iuuantur & nocētur, licet audire quo-
tidie dicentes assuetos esse circa hunc cibū & hūc
potum, & propter hoc non posse relinquare eos,
etenim nocentur secundū transitus. Similiter autē
& de adinventionibus aiunt, puta in balneatione,
equitatione, uenatione, cursu, lucta, uigilijs, solari-
bus, stationibus, infrigidationibus, sollicitudinē

bus, & quibuscunq; alijs huiusmodi. Contemnen-
tes igitur & nos eos qui nihil uel ualde parum esti-
mant ad curationem conferre eam quæ ab assue-
tudinibus intentionem, scrutemur quæ est causa q;
multum potest assuetudo, & siue una quedam est,
uel secundum singulam materiā alia. Dico autem
materiam in qua constituta est assuetudo, puta ut
dixi cibos, uel potus, uel exercitia, uel balnea, uel
aliquod aliud tale. Et principii ab eis quæ come-
duntur & bibuntur faciamus. Cur igitur eorum
qui bouinarum carnium esu assueuerunt, quid-
dam quidem non omnino nocentur, quidam au-
tem minus quàm antea uel propter quid & natura-
liter mox, ut ipse Erasistratus scripsit, facilius dige-
runt bouinas carnes saxatilibus piscibus? Sed ho-
rum causa quidem dicta est secundū eam quæ de
naturalibus uirtutibus operā. Dicitur autem nūc
& parum post in sermonis cōmuniōne. Nunc au-
tem ab eis qui propter assuetudinē melius dige-
runt quencūq; cibum, doctrinam faciamus, com-
munem suppositionem facientes ad hęc omnia &
ea quæ naturaliter quibuscūq; sunt propria, & quæ
non propria. Dictum est quidem deinde amplius
de omnibus his secundū naturalium uirtutū o-
peram. Incipiamus autem & nunc sermonem, di-
gestionis intelligentiam proponentes. Quemad-
modum enim panes frumentarij dicuntur coque-
re, non quando molentes & diuidentes in tenues
particulas cōminuerunt frumenta, sed tamē quan-
do super hæc hoc madefacientes aqua, & fermento
miscentes, deinde cooperientes aliquo fouen-
tium dimiserint, donec utiq;, ut ipsi uocāt, ferment-
tetur, & post hæc per clibanum assent: Ita et in eis
quæ in uentre transglutiantur, non quādo in eum
transglutita fuerint, digesta esse aiunt, sed quan-
do, sicut quæ coquuntur frumenta, secundū quali-
tatem transmutationem habuerint. Quemadmo-
dum autem in panibus in propriam nobis come-
dentibus duci oportet qualitatem id quod com-
editur triticū: Ita in uentre: adhuc & magis in pro-
priorem. nomino autem propriorem alteram alte-
ra, secundum similitudinē futuri ex ea nutriti cor-
poris. aliud enim alijs corpori nutrimentum pro-
prium est, & propter hoc animalia ad propria ue-
niunt nutrimenta indocte à natura ducta: subiuga-
lia quidem ad herbas, paleam, fœnum, & hordeū,
leones uero ad carnes, sicut demū & leopardi &
lupi. Quemadmodū autem in animalibus secun-
dum genus nō parua differentia propriorum uni-
cuiq; nutrimentorum est: Ita & secundum speciem
in generibus inueniuntur differentie magnæ: his
quidem neq; gustare potentibus uinum, q; multū
autem alijs intrinsece bibentibus: & his quidem,
ut dictum est, bouum & hircorum & arietum car-
nes cum delectatione quidem comedentibus, di-
gerentibus autem intrinsece: his uero neque o-
dorem eorum sustinentibus, neque esum, & si pro-
pter inopias cibalius, quemadmodū in fame fit,
coegerint seipsos assumere huiusmodi carnes, ne-
que digerere potentibus eas sine nocumēto, euer-

† al. considera-
tionem

† al. cognita

lis apv

sis appetitibus in oblatione, grauatiscq; cōfestim, & si utiq; eructatio eis fiat, neq; hanc intrinsece tolerantibus. Quoniam autem hæc ita habere uidentur, primum quidem illius oportet memorari, scilicet asserere homines delectabilius alijs alia secundum familiaritatem naturæ, uenireq; ad horum esum magis, quemadmodum & bene digestibilium esse eis uisorum, auertere autem & fugere ab indelectabilibus ut à disdigestibilibus. Itaq; & signum est tunc assuetudo proprietatis naturalis. Quoniam autem & ut causa fit multoties, manifestum est ex dispositis quidem indelectabiliter, uel cum no-cumento ab aliquibus in principio. Si autem paulatim eam quæ ad ipsa assuetudinem sustineat, neque indelectabiliter adhuc dispositis, neq; cū no-cumento. Causa autē & huiusmodi talis quædam est, quemadmodum alteratur secundum qualitatem comestorū & bibitorum singulū, ita & id dis-ponit aliquoties id qd' alterat. Inest autē & huiusmodi sumere argumentū ex generatorum humorum differentia ab unoquoque ciborum. Hij qui dem enim melancholici humorem generant; il- li uero phlegmatici, uel cholera, et xantham no- minatam cholera non modicam habentē: quem admodum aliqui purum sanguinē. Diuersitatem igitur & in eis quæ nutriunt particulis, quandam necessarium est fieri adinuicem secundū nutrien- tis sanguinis speciem. Euidens autem argumentū nutrientium assimilationis ad nutritum plātum est & seminum transmutatio usq; in tantum fiens multoties, ut quæ nociuissima in alia terra replan- tata, in alia utiq; non innocua solum, sed & profi- cua fiat. Multa enim est & horum experientia eis qui agriculturalia & de plantis monumenta com- posuerunt: quemadmodum demum & ipsis qui de animalū historijs scripserunt, eius quæ secundum regiones fit trāsmutationis. Quoniam igitur non solum alteratur quod nutrit ab eo quod nutritur, sed id aliquoties alterat breui quadā alteratione: necessarium est breuem hanc digna ratione in tem- pore fieri, ut inæqualitatem accedat proprietatis na- turalis ea quæ à diuturnis assuetudinibus. Igitur in eis quidem quæ comeduntur & bibuntur, inuen- ta mihi esse uidetur causa uirtutis assuetudinum. De ea uero quæ extrorsum nobis occurrentium, uideamus deinceps: uidetur enim & ipsa eandem secundum genus habere causam prædictis. Alte- rationem igitur aliquam operantur secundū cor- pus: maxime quidem earum quæ in superficie par- ticularum: iam autem & earum quæ in profundo post exteriores impilatur quidem enim, & colligi- tur, & stringitur, & densatur cutis, primū quidem ab infrigidantibus, deinceps autem & huic proxi- ma: & si utiq; in tempore ampliori eandem altera- tionem patiatur corpus, & eis quæ in profundo communio transmutationis fit. Et secundum prin- cipia uel per sensum cōfestim, uel secundum ac- cidens nō primo, quæ ab efficiente causa transmu- tatio & alteratio nō minus eis quæ in profundo in- cidit. Densata enim cute acruatur secundum cor-

Galen.

poris totius profunditate caliditas. Quemadmo- dum autem infrigidans causa prædictas alteratio- nes operatur: secundum eandem rationem contra- rias earum calefaciens. Etenim & natura habent à contrarijs fieri contraria: hæc quidem primo: il- la uero secundum accidens effecta à contrarianti- bus: quemadmodum demum rursus contraria mul- toties ab eisdem causis fiunt. Quocirca & in cale- facientibus similiter decipi accedit. Calida deniq; causa puta sol, quādo inhæserit alicui corpori diu, contrariam dispositionem ei quæ à principio, ope- ratur circa illud: in principio quidem enim æstuas nos, fundit quidem humores, deprimat autem cu- tim, & molliorem operatur carnem. Si uero pluri- bus diebus tempore æstatis in eo conuersatus fue- rit quis nudus, arida quidem & dura huic fit cu- tis, duræ uero carnes. Sed in his talibus quidē non solius diuturnæ caliditatis est opus, sed copulatæ ei siccitatis. Et plurimū nos in cogitationibus de causis decipit hoc, sprete ea quæ superplectit cau- sa. Oportet quidem nos considerare alteram qui- dem esse humidam caliditatem, alteram uero sic- cam: quod non facimus interdum: & propter hoc fallimur, proprium actum uniuscuiusq; causarum prætermittentes. Si uero quis aduerterit mente, sciet custodientem alterutra. Quemadmodum enim humiditas quidē sine caliditate uel frigidityte notabili humectet corpora caliditate calefaciente: ita & conuentus alterutrorum alterutra apparet efficiens. Igitur quidem secundum dulcium aqua- rum balnea accedit hæc, secundū uero solis æstua- tiones sicca causa superplectitur calefacienti, talis enim est æstualis sol. Itaq; conuenienter quicun- que nudi plurimum in eo conuersantur, quemad- modum mellores & naturæ, dura & sicca eorum fit cutis, similiter ei quæ solidorum animalium. Quemadmodum igitur naturales corporum pro- prietates & totius substantiæ, diuersitatesq; cutis secundum duritiem & molliem, & densitatem et raritatem, diuersis cibis & potibus indigent, non similiter autem sibi inuicem omnibus disponen- tur calefactæ & infrigidatæ: ita quæ propter assue- tudinem fiunt naturalibus proximæ, idem illis re- tinent iuuamentum & nocumentum ex comesto- rum & bibitorum, infrigidantiumq; & calefacien- tium alteratione. Rarum quidem enim & molle corpus facile patitur calefactum & infrigidatum: densum autem & durum tolerat quidem & sper- nit extrorsum ei incidentia omnia, nō solum si ca- lefaciant uel infrigidant, sed & si durum quid fue- rit & asperum. Quocirca & imas cubationes tole- rant hæc: e contrario dispositis non tolerantibus eas. Etenim facile cōprimuntur, & infrigidantur, & omne quodcunq; parate patiuntur. Talis qui- dem deniq; est & qui de his sermo. Qui uero de ex- exercitijs talis. Quæ exercitantur particulæ corpo- ris, fortiores simul & solidiores fiunt, & secundum hoc possunt ferre proprios motus, alijs melius quæ- cunque propter inexcercitationem molliores sunt & imbecilliores. Communis autem hic sermo ex-

Tom. 2

i 3

titit &

ritis & de animæ exercitijs quibus exercitatur. Primum à grāmaticis infantes entes, deinde à rhetoricis didascalis, arithmeticisq; & geometricis, et rationalibus. Entibus enim uirtutibus secundū animæ hegemonicon ad uniuersas artes necessarijs, altera quidē secundū quam sequens & repugnans cognoscimus, altera autem secundum quam memoramur: sapientiores quidem secundū prius dictam, memoratiuius uero secundum secundam simus; naturam habentibus uniuersis uirtutibus, ab exercitijs augeri & robur accipere, nocere uero ab ocio. Quemadmodum & Plato secundum hanc seriem in Timæo significauit ipsis nominibus dicens ita. Quemadmodum dixi pluries, quoniam tres animæ in nobis species habitant proprios singulæ motus habentes, ita etiam & nunc ut per breuissima dicendū, quoniam quæ quidem earum in ocio est degens, & suuissimus motum in quietem ducēs, imbecillissima necessario fit. Eam uero quæ & exercitijs est robustior, custodiendū quatinus utiq; habeat motus adinuicem commensuratos. Hæc prædicens deinceps ait. Hoc autem deniq; de principalissima eius quæ apud nos animæ specie intelligere oportet hic, ut utiq; eam dæmonem, id est angelicam intelligentiam deus cuique dedit: hanc denique animus habitare quod nostrum in summo corporis, ut ad eam quæ in coelo cognationem à terra nos eleuet, et tanquam entes nos plantam non terrenam, sed coelestem rectissimè dicentes: illinc enim unde est prima animæ generatio, processit diuinum, et caput & radicem nostram extollens erexit uniuersum corpus. Ei quidem igitur qui circa uoluptates, uel circa lites conuersatur, & his intendenti, fallacia omnia dogmata necesse est & mortalia fieri, & omnifariam, inquantum maxime possibile mortali fieri huic, neque minimum dicere utpote tantum aucto. Ei uero qui circa mentes dilectionis disciplinæ studet, & maxime eorum quæ sui ipsius exercitatur, sapere quidem immortalia & diuina, si quidem ueritati adhæret, necesse omni inquantum contingit participare humanam naturam immortalitatē nullam partem deficere, utpote aut semper famulatem diuino habentem, aut ipsum semper perornatū dæmonem cohabitantē sibi præferentem dæmonem esse. Administratio uero omnis omni una proprios unicuique cibos & motus reddens. In his sermonibus Plato de tribus speciebus animæ docuit nos non solum ad philosophiam utile, sed & ad corporis sanitatem, secutus Hippocratem secundū hoc uniuersaliter quidem dicentem. Vfus potentat, oclum liquefacit: secundū speciem autem de exercitijs, dicendo tex. ult. iij. Epide. Labores cibos præcedant: de eis uero quæ secundum partem omnibus speciebus quando ait. Labores, cibi, potus, uenerea, omnia mensurata. Quocirca & hic oportet attendere mente ad ea quæ dicuntur: habent enim quandam obauditionem, similiter alijs sermonibus omnibus si quis negligenter audiat, quemadmodum quidam: exercitari enim unumquen-

que eorum qui sunt, exposcimus, non utiq; sine terminis & mensuris congruis, amplius intendentem exercitia ut dissoluatur uirtus. Ita autem & cibis & potibus & uigilijs & ueneris in congrua mensura uti, neq; minuentem quidem, neq; ad dentem. Superexcellentiæ enim dissolunt uirtutes; deficius uero in unoquoq; prohibent tantum à perfectâ utilitate, quantum ipsi à commensuratione deficiunt. Enunciatū est autem hoc & ab Hippocrate, in uno exemplo ubi ait, aphorismo quadragesi mo octauo secundæ particulæ. In exercitijs omnibus quando inceperint laborare, mox quiescere illaboriosum. Et aliquantulum sermo iam secundum familiaritatē rerū docuit, quid et de animæ assuetudinibus in memorijs, et cogitationibus, & questibus rationalibus, quarum & ipse Erasistratus meminit in sermone de assuetudinibus non adiciens causam: & nimirum non solum Hippocrate, sed & Platone dicente eam. Hæc namq; scilicet in familiaribus & commensuratis exercitijs singula uirtutum agente robur eis efficit. Hæc quidem sunt differentiæ assuetudinū, secundum uirtutem materierū in quibus consistunt, & à quibus fiunt. Cum autem ab Erasistrato & de euacuationibus quaesitum sit, quid sciendum sit de corpore dicente: Cum assueti fuerint quidā in eis, & de his scrutandum. Scimus enim quosdā ex naribus fluxum sanguinis patientes, uel secundum periodos æquales temporum uel inordinate, uel hæmorrhoidas, uel uomitibus, uel diarrhœis, uel choleris captos: quosdam autem sponte effundentes uel per phlebotomiam, uel per apertionem earum quæ in sphyris, uel per palatum, quemadmodū demum & per purgantia pharmaca uomitiua & subductiua, de quibus etiam ipsis scrutari oportet. Mihi autem non uidetur corpora propter consuetudinem indigere huiusmodi euacuationibus. Sed propter quam causam indiguerunt huiusmodi euacuatione uel natura operante eam, uel aliquo homine secundum æstimationem medicinalem, ita rursus & pluries indigere ipsa in eadem. Quidam enim in prauis diætationibus, quidam autem propter præparationem prauam corporis accruentes sanguinis multitudinem, uel cacochymiam, à prædictis euacuationibus iuuantur: natura uel aliquo medico quod superfluum effundente antequam agrotet homo. Quibusdam autem agrotantibus, crisi in huiusmodi excretionibus ægritudinis sanatio facta est. Quidam autem à medicis curati sunt similibus auxilijs usi, deinde post capti simili ægritudine, curatiq; per eadem, si utique aliquando rursus eis uel totius corporis grauitas, uel capitis solius inæqualitas aliqua, uel & quid eorum quæ præter naturam aliud super appareat, communicantes medicis propter ipsam dubitare aiunt capi eisdem ægritudinibus quibus ante capti fuerunt, præcedentibus similibus symptomatibus: deinde anticipantes uel per purgationem aliquam, uel per sanguinis ablationem effugere expectatam ægritudinem, paratius ad idem accedunt auxilium, cum

cum senserint aliquod simile symptoma post aliquando incidens eis. Quidam autem & antequam sentiāt, terminum praeuidētes temporis secundum quod indeterminata periodo talium passi sunt quid, euacuari anticipant; nominātq; praeferuatiua euacuationē in assuetudine factā eis; nec ullam alterationē corporis ex huiusmodi euacuationibus accipientes, qualē monstrati sunt accipere in antedi-

ctis; sed ab eadem causa eadem patientes. Si igitur mutauerint diætā, paucioribus cibis utentes, addentes autem exercitijs; in aegrotabiles perdurant ex assuetudinum alteratione iuuati, non quemadmodum dictū prius nociti. Non enim assuetudinis ratione per euacuationes continebat iuuari eos, sed in praua diætā caco-chymia & multitudinē acervantes.

al. subaliatio
nem

CL. GALENI DE SANI- TATE TVENDA LIBER

PRIMVS

THOMA LINACRO ANGLO
INTERPRETE.

Vm una sit ars quae cor-
pori hominis tuendo di-
cata sit, ut alibi à nobis
ostensum est; eius primae
ac maximae partes sunt
duae: quarum alteram sa-
nitatis tuendae, alteram
morbi profligandi facul-
tatem appelles. Earū cō-

traria inter se officia sunt. Siquidem illi tueri, huic
immutare statum corporis est propositum. Quo-
niam autem & dignitate & tempore sanitas mor-
bum praecedit: utique & nobis quemadmodum
haec seruanda sit, prius tractare cōueniet: post au-
tem, quo pacto cōmodissime morbus sit abigen-
dus. Veriusq; facultatis inueniendae communis ra-
tio est, ut, quidnam ea corporis affectio sit quae sa-
nitas dicitur, liquido constet: quandoquidem nec
praesentem seruare, nec amissam restituere, si eam
penitus ignores, licet. Scripsimus de hoc alibi, o-
stendimusq; simularium quas uocant partium sa-
nitatem, calidi, frigidi, humidi, & siccī symme-
triā, id est conuenientiam inter se quandam esse:
instrumentalium uero, ex simularium ipsarum cō-
positione, numero, magnitudine figurāq; consta-
re. Quare quisquis haec commode tueri possit, is
optimus sanitatis custos fuerit. Tuebitur haec qui
modos omnes quibus uitātur, compertos prius
habuerit. Sicuti enim, si impatibile nobis, nec ulli
affectiōi obnoxium corpus esset, nullam deside-
raret artem quae eius tutelā praestaret: ita nunc, cū
numerossimis affectibus expositū sit, certam si-
bi deposcit artem, quae & omnia eius incommo-
da perspicere, & ipsum ab ijs tueri possit. Sanē
quae corpus nostrum laedunt, corrumpuntq; ea
sunt genere duplicia. Altera nobiscū congenita,
& quae uitare nequeas, quaeq; ex ipsis generatio-
nis principijs ueluti radice oriuntur. Altera, quae
& declinare possis, & orta à nobis non sunt: quae
tamen non minus quam illa corpus nostrum con-
ficiunt: quorum utraque iam seorsum distingue-

mus. Sanguis, semenq; genitale, generationis no-
strae primordia sunt: ille, ceu materies quaedam ap-
pta, cōcinnaq; & opifici ad quiduis sequax: hoc,
opificis rationem obtinens. Constat horū utrum-
que ex iisdem genere elementis, humido, sicco,
calido, & frigido: aut, si mauis ab essentia sumptis
nominibus, quam à qualitate nominasse, aqua,
terra, igni & aere. Sic enim demonstratum nobis
est in eo libro quem de Elementis ex Hippocra-
tis sententiā scripsimus. Dissident haec inter se ipsa
tēperamenti mensura. Siquidē in semine plus est
igneae substantiae, atq; aereae: in sanguine, aquae,
terreeq;: quantq; preposseat in hoc quoq; & calidū
frigido, & humidum sicco. Eoq; fit ut non siccus,
sicut ossa, pilusue, sed humidus merito dicat. At
semen sanguine siccius quidem est: ceterū ipsum
quoq; humidū fluxileq; est. Atq; ita nobis utrinq;
ex humida substantia geniturae origo proficisci-
tur. Hanc tamen humidam seruari non erat, si mo-
do ex ea nerui, arteriae, uenae, ossa, chartilaginee,
mēbranulae, & alia id genus fieri deberent. Ergo
statim in generationis initio cōiectum copiosius
oportuit elementū id quod siccandi uim haberet.
Est uero id natura quidē maxime ignis, sed tamē
& terra. Est enim ea quoq; res sicca. Verū huius
plus immisceri principijs nō erat, si modo haec hu-
mida erant futura. Ignis certe, quo minus plus sit
admistum, nec obstat quicq;: & sanē admistū est
tanto planē plus in utroq; principio, quātum nec
iam torreat, uratue, & tamen abūde siccet. Quip-
pe etiam tantus calor adhibitus agilitatem praesta-
re ad motiones sat erat. Ab hoc igitur primū cogi-
tur, paulumq; concrefcit quod in utero conceptū
est: mox siccius redditum, ueluti lineamenta que-
dam & rudimenta cuiusq; membri obtinet. Vte-
rius uero etiam siccescens, nō lineamenta rudimē-
taue modo, sed etiam exactam uniuscuiusq; spe-
ciem ostendit. Iam uero in lucē editū & magnitu-
dine proficit, & tū siccius tū ualentius semper effi-
citur: donec ad summū incrementum (ἀκμὴν) Grae-
ci uocāt) sit peruentum. Tum uero & incremen-

i 4 tum omne

tum omne sistitur, ossibus nimirum ipsis per siccitatem non ultra sequacibus, & sanguinis spiritusque uas, spiritus ipsius flatu in latum aguntur: cuncta denique membra non solum robusta sunt, sed etiam uires suas summam obtinent. In eo uero quod sequitur tempore, omnibus iam partibus supra iustum siccescens, non solum cuiusque officium minus probe administrat, sed etiam corpus ipsum macilentius graciliusque, ante, redditur. Ergo ultra siccatur, non macilentius modo, uerum etiam rugosum efficitur. Artus quoque ipsi inualidi, atque ad motus suos incerti inconstantesque probantur. Affectio hæc [in animalibus] seniu appellatur, ei quæ in stirpibus *ἡλικία* Græce dicitur, proportionem respondens. Est enim illa stirpis seniu, siccitatis excessu proueniens. Vna igitur hæc est omni genito corpori corruptelæ interitusque connata necessitas. Altera est quæ etiam in animalibus præcipue cernitur, totius substantiæ fluore, quæ insitus calor excitat. Hæc itaque incommoda nullum quod genitum sit corpus effugere potest; reliqua quæ hæc sequuntur, prouidentia consilioque certe potest. Porro his quod non aliunde origo est, quæ ex ipsis iam dictis incommodis corrigendis, atque sanciendis. Nam cum tota moles animalium in perpetuo fluore sit; ni similis altera substantia pro ea quæ defluxit, restituta sit, evaporabit certe atque dissipabitur uniuersa. Quo factum arbitror, ut natura non animalibus modo, uerum etiam stirpibus insitas quasdam uires deficientis ac desiderati semper appetentes, ab initio statim dederit. Non enim uesci, bibere, aut respirare, à quo quam uisquam discimus, sed statim à principio facultates in nobis habemus quæ hæc omnia citra doctem perficiant. Cibo igitur, quicquid siccioris substantiæ effluxit, restituiamus: potione, quicquid humidioris; atque ad pristinam ita symmetriam ambo reducimus. Ita uero & aeræ igneque substantiæ modum respiratu, arteriarumque pulsu tuemur. De quibus omnibus etiam singulatim dictum nobis in alijs uoluminibus est; nec à præsentis disputatione alienum censemus, ut quæ ibi demonstrata sunt, ad sanitatis tuendæ artem hypotheseos loco positæ, sic quæ deinceps sunt, aggrediamur. Cum enim quotidie propter insitum ipsis calorem, cunctis animalibus nonnulla substantiæ portio defluit, nec est aliter huius iustum seruasse modum, quæ cibi, potitionis, respiratiōis, & arteriarum motus ope, necesse est ex his contrahi excrementorum prouentum. Nam si quale erat ipsum quod effluxit, tale prorsus adiungere agglutinareque ei per totum liceret: optimum id, saluberrimumque planè esset. Verum ubi quod singulis particulis defluit, tale natura est, qualis ipsa est particula, nihil autem eorum quæ eduntur bibunturue, eiusmodi prorsus est: necessarium naturæ fuit prius ea mutare, & concoquere, & quæ fieri maxime potuit, efficere corpori alendo restituendoque similia. In quo opere siquid nec confectum, nec prorsus adlimilatum est, id corpori nec adnascitur accrescitue, & per ipsius laxiora intus spatia tanquam superuacaneum errat; unde nomen

A quoque recte à maioribus ei rei *ἀπὸ τῆς αἵμα* Græce est inditum. Cum igitur esse, bibereque, necessaria animalibus sint, has autem res subsequitur excrementorum generatio: natura non solum ipsis excernendis excludendisque instrumenta instituit, uerum etiam instrumentis ipsis facultates inseruit, quibus incitata, quædam ad se trahunt, quædam alijs transmittunt, quædam excrementa expellunt. Porro hæc, quod corpus semper mundum, atque excrementis uacuum seruetur, nec obstrui aliquatenus, nec ad proprias functiones imbecilla esse oportet. Atque ita geminum iam scopum salubris uictus sermo noster exposuit: alterum, eius quod exhaustum est, reficiendi; alterum, excrementa expellendi. Tertius namque qui huc spectat, ne animal præpopere fenescat, duos iam dictos necessario comitatur. Si enim in neutro sit erratum, nec quod exhaustum est restituendo, nec excrementis expellendis, & sanitate interim corpus fruatur, & uigoris tenorem quam longissime seruabit. Verum de hoc postea procedente sermone dicetur. Nunc quod reliquum est eorum quæ ab initio differere proposuimus, adiciam, quod sanitatis tuendæ scopos quos, qualesque sunt, clarius distinguam. Illud (arbitror) iam diximus: Si corpus nostrum impenetrabile, omnibus quæ affectionis expers esset, sicut adamus, aut quiduis id genus, minime artem ullam requireret quæ ei tuendo præstideret. Sed quoniam duplices corruptionis causas, alteras internas & à se, alteras extrinsecus incidentes habet: necesse est curam prouidentiamque non parum desideret. Et ex se quidem duplici ratione consumi corpus indicauiamus: una, quod uel ætatis cursu, uel assiduo substantiæ fluore ad interitum tendat; altera, quæ utique esum potioneque consequitur, ipso excrementorum prouentu. Atque ex se quidem ita corrumpitur. Eorum uero quæ extrinsecus incidunt, unum certe est quod separari ab eo non potest, quodque illi perpetuo, & (ut ita dicam) ueluti connatum adhæret, aer ipse ambiens. Alia nec necessario & incertis temporibus nobis accedunt. Ille (nepe qui circumfunditur aer) nos lædit uel quod calidos immodice, uel quod frigidos, uel quod siccios, uel quod humidios efficit. Hæc, quæ cōrundunt, quod diuellunt, quæ uulnerat, uel quod articulum aliquem loco mouent. Oritur hoc loco logica quædam disputatione, quæ in utraque partem rationes habet, alijs horum omnium curam ad sanitatis tuendæ artem pertinere affirmantibus, alijs eorum tantum quæ calfaciant, refrigerent, humectent, aut siccant. non enim siquid collisum, uulneratum, aut simili quopiam affectu à naturali habitu sit emotum: id statim aut nosse, aut declinasse, ullius esse artis munus. Ego uero de plethmatis id genus agendum mihi non statui: sed quod utraque pars ultro cōcedit, eo accepto, ad propositum reuertar. Illud ergo cōfessum utrique arbitror, quæ uulnerare, uel illi su, uel simili aliqua ratione lædunt aut corrumpunt, omnibus esse nota. quæ calfaciendo uel refrigerando, uel madefaciendo, uel siccando, non omnibus. Ergo ne nos quidem quicquam ab officio alienum fecisse uidebimur

debimur, si, quæ omnibus nota sunt, prætermisiss, ad ea quæ parū nota sunt, potius uertamur: quādo minime propositū est, hoc saltē opere, sophisticos cauillos diluere, sed potius quo pacto quis in ualitudinē minime incidat, docere. Rursus igitur ad propriū initium sermonem reuocemus, ac diligētius adhuc quæ pro hypothesi sunt habenda, commemoremus. Primū ergo ad præsentū cōtemplationem pro hypothesi præsumptum esto, sanitatem non esse absolute elementorū ex quibus constat, aut mediū tēperamentū (quam eucrasian uocant) aut debitā conuenientiam, (quā symmetriā appellant) quæadmodū omnibus ferē qui ante nos scripserunt, uisum est: sed eā duntaxat quæ similariū est partiū, ut alibi demonstrauimus. Secūdo loco illud quoq; quod alibi nō minus demonstrauimus, præsumptū pro hypothesi esto, nempe instrumentalū sanitatē in figura, numero, magnitudine, ac cōpositione similariū cōsistere. Tercio, functionibus secundū naturā obeundis, sanitatis habitū discerni. Postremo sanitatē quandā optimam esse, & (ut sic dicam) consummatā atq; summam: quandam ceu deficientem ab hac, nec planē absolutā perfectā uel; atq; hanc etiam latitudinē habere non parum; hæc quoq; pro hypothesi hoc loco sint; quæ alibi nobis certissimis rationibus iā firmata, nūc quoq; nihilo secius sunt demonstranda. Maxime uero uelim, qui his studere uoluerit, eū librum legat in quo illud inuestigamus, cuius deniq; artis pars sit ea quæ sanitatis tuendæ curā proficet, is liber inscriptus Thrasylbulus est. præterea eum quē de optimo corporis nostri statu scripsimus. item quē de euexia, id est bono corporis habitu. Sunt hi breues ambo libelli: quos si perlegerit qui ad hæc accedet, facillime consequetur quæ mox dicentur. Dictum iam alibi nobis est etiā eum librum qui de elementis secundum Hippocratem inscriptus est, necessariū ad præsentem disputationem esse. Quod opus sequuntur, tū id quod de optima corporis cōstitutione, tum id quod de euexia cōscripsimus. Ab his hypothesibus ueluti fundamentis operis iactis, hinc alicunde sanitatis tuendæ tractatio incipiēda erit. Cum sanitas symmetria quædā sit, symmetria omnis duplici ratione nō solū perficit, sed etiā dicit: aliās q̄ ad summū peruenit, et uere prorsusq; symmetria est; aliās quæ ab huius absolute perfectioneq; paulū deficiit: Vtiq; & sanitatis symmetria duplex quædā fuerit: hæc quidē exacta, optima, absoluta, & summa: illa paulo ab hac deficiens, nō tamē eatenus, ut animalī sit grauis. Existit & hoc loco logica potius q̄ ex usu artis dubitatio quædam, negantibus quibusdam alium alio magis esse sanum, aut esse eius affectus quam sanitatē dicimus, notabilem ullam latitudinem, sed unicam esse eam affirmantibus, & quæ ad unguem sit exacta, nec maioris minorisq; ratione diuidua. Mihi uero sicuti album corpus aliud magis, aliud minus album creditur: ita & quod sanum dicimus, magis minusq; tale esse uidetur. Cuius rei duplex demonstratio

est: Vna quæ ex ea mutatione accipitur quæ per ætatem uices cernitur. Postea namq; q̄ editum animal in lucem est, perpetuo mutari eius temperamentum (ut ante proposuimus) est necesse. Quare si in tēperamenti qualitate sanitas cōstituitur, qualitas autem ipsa nō permanet eadē, nec ipsa sanitatem eandem seruari est possibile. Altera nō minus euidentis demonstratio ab ipsa sumitur actio: nis differētia. siquidē nec qui sani sunt omnes oculis, æque cernunt, sed alij perspicacius, alij obtusius: nec auribus parī modo audiunt; immo hic quoq; magna est in excessu defectuq; diuersitas: sed nec pedibus similiter currūt; nec manibus apprehendunt; nec reliquorū deniq; membrorū uia similiter obeunt; sed hic probius, ille deterius. Si itaq; actionū diuersitas pro temperamenti modo respōdet, cogit planē ratio ut totidem sint temperamentorum diuersitates, quot sunt functionū differentia. Quod si quis *κατανοῶν*, id est cōstitutionū uel statuū potius q̄ temperamentorū dicēdum putat, quo utiq; in omnem sectam ratio quadret, ita nimirū colligat licet. Sanitas omni scilicet symmetria quædam est. Nobis, calidi, frigidi, humidi, sicci. Alijs, corpusculorum, & meatuum quos *ὄγκος καὶ πόρος* Græce uocant. Alijs, insectilium, uel incōpactilium, uel partium dissimilariū, similariū uel, uel deniq; primorum elementorū cuiuscunq; sed secundum cuiusq; secte opinionē, pro ipsorum modo, membrorum nostrorū actiones reddimus. Si itaq; uaria eduntur opera, utiq; uaria est & elementorum in singulis symmetria: quam esse sanitatem supra proposuimus. Quin & citra omnem elementū mentionem hoc pacto colligas licet. Si membrorū constitutioni functiones suæ respōdent: quotquot harum uarietates dabitur, totidem nimirū & cōstitutiones erunt. Atqui respondent cōstitutionibus opera, erūt ergo necesse est tot cōstitutionū discrimina, quot sunt functionū differentia, sunt uero hæc numerosa. quare erunt & cōstitutiones [æque multæ.] Si ergo omnium qui sani sunt, membrorū cōstitutio in symmetria cōsistit, cōstitutioes autē ipsæ uariæ sunt, quandoquidē functiones sunt uariæ: utiq; multæ uariæq; ipsarū cōstitutionum symmetria erunt. Quare etiā sanitates multæ uariæq; nō ipsa cōmuni omniū forma, unde dictæ sanitates sunt, sed maioris minorisq; ratione inter se dissidentes. Sicuti enim niuis candor, ab eo qui in lacte uisitur, quatenus candor est, nō dissidet, maioris minorisq; ratione dissidet: ita & Achillis uerbi gratia sanitas, ab ipsa quæ in Theriis est, quatenus sanitas, nō differt, sed est cū ipsa eadē: altero quopiam ab ea differt. Id uero alterū, aliud planē nihil est q̄ maioris minorisq; ratio. Neque enim est quod quisquam dicat non edi ab omnibus hominibus uarias actiones, neq; aliunde dissimilitudinem hanc nasci, q̄ ex ipsa cōstitutione unde actio proficiscit. Quod si quis eos duntaxat sanos esse cōtendat, quorum singula mēbra functiones suas obeunt absolute sine: ceteros qui minus probe sint affecti, non esse sanos

sanos: sciat is se uniuersae tractationis quae de sanitate tuenda instituitur, fundamentū subuertere. Si enim huic propositū est seruare tueriq; eam quā ab initio accepit sanitatē; nemo autem nostrū sanus est: luce clarius sit inutilem irritamq; fore quā nunc de sanitate tuenda artem instituiamus. Itaque nec quaerenda nobis talis ulla est, sed planē silentio praetereunda, sermoq; iamiam finiendus. Omnes ergo eiusmodi difficultates summouet ipsius ueritatis cognitio. Non enim absoluta ipsa tantū, quae infectilis est, simul est & dicitur sanitas, uerū etiam quae ab hac deficit, modo tamen uisibus nostris adhuc nō sit inepta. Quippe sanitatem omnes requirimus, tum ad uitae functiones, quas planē morbi impediunt, atq; auferunt; tum uero ut molestia careamus. Angimur enim doloribus nō leuiter. Eam uero corporis cōstitutionē in qua nec doloribus cruciamur, nec in uitae actionibus impedimur, sanitatē appellamus. Quā si quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re consequetur: sicut nec qui *κατὰ δειν*, id est perpetuam in ualitudinem inuehant. Quippe si hanc propterea inueherēt, q; omne genitum corpus, sicuti genitura, sic etiā interitus causas ab initio secum natas habet, sicuti à nobis antea demonstratū est; utique laudati à nobis essent tāquam & uera & anti qua dogmata professi. Nunc, cū sanorū agrotantiumq; corporū constitutiones easdem esse specie decernūt; nec auctores laudo, nec placitū probo: cum longe melius existimē, satis amplam latitudinem sanitati tribuere, q; omnes homines perpetuo urgentibus morbis premi. Qui & si esse in nobis omnium morborū semina dicant, tamen fatentur ipsi ea tam esse parua, ut sensum nostrum omnino effugiant. Esto igitur (si uelint) doloris quispiam in nobis affectus, uerū tā exiguus, insensibilisq; ut minime officiat. Sunt, si libet, & febres, sed a deo leues, ut neq; sensum sui ullū afferant, liceatq; per eas & negocijs publicis priuatisq; perfungi, & balneo uti, esseq; et bibere, ac reliqua quae opus sunt peragere. Quippe facultas ad necessarios usus minime impedita, sanitatē potius determinat. Non enim functionū imbecillitas, morbi statim nota est, absolute ita citraq; exceptionē loquēti, nisi adiectū sit, quae praeter naturam cuiusq; sit. Siquidem omnes (arbitror) & cernimus male si cū aquilis & lynce comparemur: & confuse oblaesq; audimus si cum Melampode, & pedibus parum ualemus si cum Iphiclo, & manibus si cum Milone conferamur. Quous deniq; membro propē muti li uideamur, si cū ijs qui hoc ipso maxime ualent, comparemur. Quis igitur nostrum se non probe oculatum existimet si formicas duum stadiorū in teruallo non cernat? Aut quis auritū se parum recte putet si quod sexaginta stadijs abest, nō exaudiat? At si quis literas hac pagella descriptas recte non cernat, is iam oculos merito accuset: non tamen si quatuor has ipsas cubitis abiūctas nō peruideat: nisi forte ea prius oculorum acie fuit, quae uel has cerneret. Sic em̄ (arbitror) accuset, dicatq;

A merito, quod omnibus hominibus dici assolēt, ne pe hoc prius fecisse, nunc idem facere non posse. hunc enim morbo aliquo teneri dicemus, siquidē senectutis uitio imbecillitas ea non incidit, quam uis sunt qui senectutē quoq; ipsam morbum esse uelint. Ceteros quibus natura non dedit ut acute uideant aut audiant, aut celeriter currant, aut alia id genus ualide strenueq; obeant, neq; morbo teneri, neq; in totum praeter naturam se habere censuimus. Omnis siquidem morbus praeter naturam est, hi se praeter naturam planē non habent, si cuti nec senes. Non igitur absolute citraq; exceptionem sanos agrosq; functionum firmitate infirmitateq; iudicandum: sed sanis uerba illa, secundum naturam; agris illa, praeter naturam, adijci oportebit: ut sit nimirum sanitas, affectio naturalis actionem perficiens. contra, morbus, affectio praeter naturam actionem impediens. Neq; enim si affectus secundum naturam se habeat, cōtinuo etiam sanitas existit. Est enim affectus secundum naturam tum Aegyptiorum nigritia, tum Gallorum candor, tum Scytharum rufus color: quorū tamen nullum est sanitas, cum ea omnino in colore non consistat. Neq; si praeter naturā se habeat, protinus morbus est: quando ita uel ex sole nigritia, uel diutina umbratili consuetudine cōtractus cādōr, morbus sit. Sed adieciisse oportet sanitatis notioni, quod causae rationem ad aliquod opus edendū obtineat; morbi uero notioni, quod actio nō incommode. Verum de his alibi dictum à nobis locupletius est. Ad praesentem disputationem illud solum sumpsisse sufficiat, per magnam sanitatis latitudinem esse, nec eam in omnibus nobis aequaliter prorsus inesse. Quod si cui uiolentum appareat *ὑπερποισία*, id est mediū tēperamenti nomine cenferi quod medio ad unguē tēperamentum nō sit: is, quāso, reliquorum in uita nominum usum ad memoriam reuocet: ubi & potionem & balneum *ὑπερποισία*, hoc est, tēperatum dicimus non solum cum alterum huic, alterum illi tale est, sed etiam cum ad eundem hominem in latitudine tale est. Nam si auerso paululum qui biberit, iniecerit quis in calicē calidā frigidā ue exiguū, nullam medio crī tēperamenti mutationē deprehendet. At qui si quod tēperatum est, ita exigis ad unguē, ut omnino indiuisibile infectileq; sit: haudquāquā infectio uel calidā uel gelidā minime, tēperatū esse uidebitur. Ad eundē modū, neq; si quis in natationē tēperatā, frigidē pusillū iniecerit, utilitatē eius protinus corruperit. Quin ambientem quoq; nos aerem tēperatum dicimus etiam si in alterutram partē paululum sit propensus. Deniq; quid miri si eucrasian in satis amplam latitudinē extendunt uniuersi: quando & in lyris consonantiam ipsam quae summa exactissimaq; sit, unicam atq; infectilem esse probabile sit: quae in usus hominū ueniat, certe latitudinē habeat? Saepe nāq; quam percommode tēperasse uidearis, alter superueniēs musicus exacte tēperauit. Siquidem nobis ad omnia uitae munia sensus ubique iudex est. Quare

est. Quare ipso etiā eucrasia dyscrasiaq; iudicabimus. Pari modo actiōis uitii cuiusq; præter naturā suā malehabentis mēbri, non ante morbum decernemus, q̄ ad sensibilem magnitudinē peruenit. Nec quicq; ut ad rē propositā ne hic quidē referat, ipsāne læsam actionē, an affectū cuius uitio lēdit, morbū dixeris: sicuti nec siue quis affectionem, siue constitutionem appellasse malit. Dictum à nobis alibi & de his est, & simul euidentibus rationibus confirmatū, tum morbū, tum sanitatē in corporis affectione cōstitutioneq; consistere, minime in actione, actionisue læsione. Cæterū ex horū morosa perpēssione discussioneq; parum uel ad ualitudinem tuendam, uel ad morbū summovendū iuuamur: cum illud modo nouisse satis sit, corporis constitutionē quæ causæ rationē respectu actiōis obtinet, utriusq; facultatis scopum esse, & eius quæ sanitatē tuendā, & eius quæ morbum profligandum proficitur: quippe cū hanc & præsentē seruare, & amissam restituere propositū nobis sit. actiones uero constitutionē corporis necessario sequuntur: eam quæ proba est, inculpatæ probeq; quæ cōtra est, culpabiles ac uitiosæ. Quare quoniā id quod ope nostra seruāt restituitq;, affectio quēdam corporis cōstitutioq; est, eam uero ex necessitate functionū sequitur [bonitas:] ad præsentem certe disputationē parum attineat, functionūne, an cōstitutionū in genere morbus sanitasq; collocāda sit, inquiras, id potius attinet, ut illud pro hypothesi fumentes, qd̄ in naturali corporis nostri cōstitutioe illa seruāda maxime sunt, quorū beneficio functiones obeamus: ac illud memoria repetētes, q̄ similariū quidem partiū eucrasia, [instrumētaliū] forma, positura, numerus, & magnitudo, functionū sunt causæ: præterea quod hæc omnia in latitudine quadā spectant: etiā in singulis hominibus seorsum quæ reliqua sunt persequamur. Ad quæ sanē nō paruā cōmoditatem affert fatitudo horū perspecta. Nam cū eucrasia duplex omnino sit: altera quæ in animantiū saltē corpore cogitatione potius usurpetur, q̄ solide subsistat: altera quæ in sanis omnibus subsistit atq; appareat: hanc rursus à nobis diuidi par est: quippe in qua nō parua diuersitas inueniet. Id q̄ sit uerum, uel ex ipsis etatib; maxime deprehēdas. Cū enī ad omnē uoluntate susceptā actionē adolescentiū ætas sit aptissima: infantium certe senūq; minus ad hāc est apta, propterea q̄ illis humor, his siccitas frigiditasq; nimis abundat. In alijs tamē functionibus quas naturales appellamus, ueluti actiōe, cōcoctiōe, distributiōe, & nutritiōe, infantes planē cæteris ætatib; lōge præstāt. Neq; tamē eo secius omnibus per omnes etates licet esse sanis. Ergo quē admodū in etatū diuersitate se habet, ita etiā in naturalis habitus differētijs immēsum quantū tēperamentorū discriminē inuenias: ut duorū exēpli gratiā similis ætatis puerorū, hunc altero lōge humidiorē, illū sicciorē, parī modo hūc calidiorē, illum frigidiorē. Quibuscūq; igit̄ corporibus multo supra iustū calidis, frigidis, humidis, aut siccis esse

cōtingit, ijs planē optima tēperies nō est. In quibus autē ab eo quod absolutissime tēperatū est, diuersitas quēdā intelligit̄, minor tamen q̄ quæ sensu discerni possit: hæc certe, qd̄ ad usum pertinet, pro absolutissimis accipimus: ita ut sanitatis, quā in latitudine contēplamur, hæc quidē mediū sit tēperamenti, nec ulli uitio obnoxia, quod saltē sensu percipiatur: hæc ceu intēperata, uitioq; exposita. Huius sententiæ euidentissima indicia sunt discrimina quæ in gracilibus corpulentisq; notant: quippe quorū cōtrarias habitudines ex cōtrarijs tēperamentis ortas esse necesse est. Sicuti igit̄ nec nimis gracile corpus probamus, nec quod ualde est obesum: ita nec tēperamenta eorū planē laudabimus, tæcti utrunq; q̄ maxime sanū esse conspiciamus. sed quæ in medio habitudines sunt, *ὁσπερ* Græcis dictæ, sicuti ipsæ debitā partiū cōuenientiam, speciemq; inculpatā habēt: ita id totum conuenientis laudabilisq; tēperamenti beneficio acceptū ferunt. Tales ergo corporū habitus, si ueritatē ipsam ad unguem exigas, absoluta saltē exactaq; temperie ne ipsos quidem temperatos dixeris. Verum quod sensu iudicetur, atq; ad usum sit satis, non inculpabiles solum, sed etiam optimos censueris. Sanē indicium euidentis est ne ipsos quidem exactissimum temperamentum consecutos, ex eo quod nunquā eodem statu permaneant, sed primam ætatem ipsarum mutationem recipiunt, nulla harum eundem perpetuo tenorem seruāte, sed semper ad siccū tendente. Alteram, quæ somni ac uigiliariū, quietis & motus, tū motus ipsius differentiariū, ad hāc bibendi sitiendi, edendi esuriendi, ciborū potionisq; copiarū aut inopiarū, præterea balnei, iracundiæ, studiū, doloris, omnium talium occasione prouenit, quæ tantum non omni momento temperamentū immutant. Quis igit̄ in tanta mutatione optimū undecūq; temperamentum inuenire speret: quippe quod sicui unquam optima natura prædito contigit, certe ne momento quidem durauit. Adeo mihi sanē admirari subit eorum opinionem qui sanitatem eucrasiamq; citra omnem latitudinem unicamq; esse cōtendunt: nec si quid ab hac paulo discessit, utique sanitatem esse. Qua nimirum sententia *ἀεὶ ἀδυνάτου* obiter imprudentes inuehūt: disputantq; de re aut nunquam planē uisa in animalis corpore, aut si quando uisa est, ne minimum quidem tempus durante. His ergo quam somniāt sanitatem, ipsis seruandam linquimus. Nos interim ad eas quæ in aperto sunt, reuertimur. Quarum cum duplicem statuamus substantiam, [unam de qua planē queri non sit, alteram de qua queri liceat] de qua modo uerba fecimus, suū utriq; scopum reddamus: nempe ei quam inculpatam diximus, exactam absolutaq; planē, quod utiq; sensu aduerti possit, custodiam. Alteri de qua conquerare, non exactam, Quippe intēperies quæ intra sanitatis sunt terminos, corrigere oportebit ita, ut quæ iusto sicciores nature sunt, humidiores reddas: quæ humidiores sunt, sicciores. parī modo q̄ frigidiores sūt, ut harū excessum

excessum caltigēs: quæ calidiōres, earum superā-
tiam ad moderatius reuoces. Hæc quia salubris ui-
ctus ratiōe fiant, procedēte sermone docebimus.
Prius enim tradendum arbitror quemadmodum
optimæ naturæ cōseruanda sit sanitas. Ante id ue-
ro quænam sit optima corporis constitutio, expo-
nemus. Est igitur ea, si substantiā eius spectes, &
quæ optimo tēperamēto sit, & quæ figurā partiū
egregie ad functiones cōparatam habet: ad hæc,
quæ omnem tum numerum, tū magnitudinē, tū
omnium earū inter se contextum ad actiones ido-
neum exhibet. si uero indicia notasq; respicias,
cuius corpus carnis mediocritatē præfert, porro
id tale est, quale inter gracile & obesum, medium
esse docuimus. Nec refert si pro obeso corpulen-
tōie crassum dixeris. Idem reliquorū quoq; ex-
cessum in medio planē est situm, ita ut nec hirsu-
tum id merito dixeris, nec glabrū: sed nec molle,
nec durum; nec nigrum, nec candidū; adde etiā
nec uenis amplis, nec obscuris; nec iracundū, nec
ignauum; nec somnolentum, nec perui-gilem; nec
hebetem, nec callidum; nec in uenere pronum,
nec à uenere alienum. Quod si omnibus quoque
corporis partibus planē medium omnis excessus
teneat, pulcherrimum id uisu nimirum fuerit, ut-
pote symmetron. Erit nō minus ad labores omēs
planē idoneū; nec reliquis eucrasia, id est boni tē-
peramenti, cuiusq; mēbri notis quas in secūdo de
tēperamenti retulimus, destitutū. Nam multos
uideas quibus caput attēperatū cōmode sit: tho-
rax, uēterue, & quæ gignēdo tributæ partes sunt,
parū prospera tēperie sint. Quorundā uero in ar-
tubus intemperies est. Non desunt & quorū unū
aliquod uiscerum, aut alia quæpiā particula una,
pluresue, interim uero plura aliqua uiscera parū
salubri sint temperamento. Ego uero in unica in-
strumentalium partiū intemperiem, idē in non
paucis notauī, ita ut, uerbi gratia, reliqua omnis
uentriculi concuuitas uno temperamento cōmo-
do incommodōue esset, alio ipsū duntaxat uen-
triculi os. Cæterum de ijs, ubi de uitiosis corporū
statibus disceptabimus, agetur. De optimo uero,
& cuius singulæ particulæ uniuersam substantiā
in culpatam habent, nūc dicitur. Huius ergo for-
tis homo cum arti sanitatis tuendæ traditur educā-
dus, fortunatus utiq; sit, si statim editus in lucem
ei committatur. Ita nanq; ad animi quoque affe-
ctus nonnihil lucrificiet, ipsa nimirū recta uictus
ratione mores quoq; probos reddente. Cæterum
si quā etiā sequentiū ætatū eius se moderatio-
ni summittat: sic quoq; commoda sentiet non me-
diocritā. Sanē primum dicitur quemadmodum si
huiuscemodī hominem ab initio susceperis, eun-
dē per omnem uitæ cursum sanum custodias: mo-
do nequid uiolentū extrinsecus illi incidat: id qd
utiq; ad sanitatis tuendæ artificem parum attinet.
Secundo loco quæadmodum si non recens natū
puellum acceperis, sed qui iam præceptoribus da-
ri sit habilis, eius quoq; curā ages. Postremo quæ-
admodum reliquarum ætatū cuiuslibet. Ergo re-

atque is natus infans cuius corporis constitutio
omni nota uacat, primum quidem fascijs deli-
getur; sed corpori prius toti sale modice insper-
so, quo cutis eius dēfior solidiorq; ijs quæ intus sunt
partibus reddatur. In utero enim eque cū reliquis
mollis erat; cū nec durius ullum corpus inibi con-
tigerit, nec aer usquā frigidus incidit: quorū
cōmercio cōtracta densataq;, & q; ipsamet prius,
& q; reliqua mēbra dēfior duriorq; fieret. At quo-
niā iam editus infans, in frigore, calore, atq; inter
corpora multo se duriora uersetur necesse est, ob
hæc ipsa nimirum naturale eius regmen præpara-
ri quodāmodo à nobis, reddiq; ad indolentiam &
tolerantiā q; aptissimū par est. Ita uero qui secun-
dum naturā se habent infantes, uel solo sale præ-
parati munitiq; abunde fuerint: quando qui sicco-
rum myrti foliorum, aut aliorum id genus insper-
sione egent, ijs planē uitiosus status sit. Nobis ue-
ro ad præsens de ijs qui optimo statu sunt, disser-
re propositū est. Ergo hi fascijs (ut dictum est) in-
uoluti, lacte pro alimento utantur, & balneis salu-
briū aquarum. Vniuersam nanq; uictus rationem
humidā sibi adhiberi postulat, ut qui cæteris æta-
tibus tēperamēto sint humidior. Atq; ex ijs quæ
ad sanorum uictus rationē sunt necessaria, primū
hoc se ad disquisitionem statim offert. Nam sunt
qui humidiores naturas siccandas semper putē:
sicuti ediuerso quæ frigidiores sunt, calefieri debe-
re; mædiefieri quæ sicciores; frige fieri quæ calidio-
res. Quippe similibus quēlibet excessum augefec-
re, contrarijs remitti ac minui: unoq; uerbo, con-
traria cōtrariorū esse remedia. Oportuit uero nō
id modo Hippocratis legisse eos, meminisseq;, sed
& illa quoq; in quibus ait humidam omnē uictus
rationem febricitantibus esse utilem, præcipue ue-
ro puellis, & ijs qui tali refici uictu sunt assueti. Vi-
detur em̄ in his tria deinceps pari inter se iure po-
uisse, morbū, ætatem, consuetudinē. Atq; à mor-
bo quidē contrarij adhibēdi indicationē accipit,
ab ætate, & consuetudine similibus. Febrī nanq;
ceu morbo calido & sicco, humida conueniunt.
Puellis, ut quibus ea ætas non morbus, sed secun-
dū naturā sit, id maxime esse utile, quod planē est
simillimū. Pari modo consuetudini, utpote quæ
adscititiā acquisititiāq; naturā in corporibus
gignit, contraria dedisse in primis est noxiū, atq;
hæc merito. Quæ em̄ corpora secundū naturā se
habēt, ijs seruari custodiriq; suū habitū decet. quæ
morbo aliquo premuntur, ijs cōtra alterari, & ad
cōtrariū habitū trahi expedit. Ac seruatur quidē
similibus unumquodq; alterat contrarijs. Haud-
quaquā itaq; siccandi pueri sunt, si modo in his nul-
la præter naturā humiditas subest, qualis in rauce-
dine, distillatiōe, catarrhoq; conspicit: sed pro na-
turæ ratione alendi, ac dulcium aquarum balneis
humectandi: (quæ enim medicā uim aliquā præ se
ferunt, omnes planē siccant, ueluti quæ sulphuris
aliquid, bituminis, aluminisue repræsentant) tū cū
bo eo potioneq; nutriendi, qui humidæ quāmaxi-
me naturæ sint. Ad hūc modū & natura ipsa puer-
ris consu-

ris consuluit, & lac matris in humentis alimenti A
usum praparauit. Atq; optimū quidem est etiam
reliquis fortasse omnibus infantibus ipsum lac ma-
tris, modo nullo morbo sit corruptū; maxime ue-
ro ei qui optimo est temperamento, de quo nunc
sermo instituitur; quippe cuius maternum nō cor-
pus modo totum, sed etiam lac à uitio esse alienū
non sit absimile. Ac sanguine quidē dum adhuc
in utero gestatur, ali nos constat, ex sanguine ue-
ro lac gignitur, exiguum in māmellis mutationē
adeptum. Quare qui matris lacte pueri aluntur: ij
iam non solum consueto, uerū etiā maxime pro-
prio utuntur alimento. Videtur autem non mo-
do nutrimentū id natura infantibus praparasse,
uerū etiā facultates quasdam naturales quibus eo
utantur, ab initio protinus cōtulisse: quādo si mo-
do natis papillā statim in os inferas, & sugunt lac
ipsum, & deglutiant prōptissime. Quia sicubi for-
te offenditur plorant ue, non minimū ijs doloris
lenimen est nutritis papillā ori indita, quippe tria
hæc doloris infantū remedia nutritibus ipso usu
edoctis inuenta uidemus; unum quod modo retu-
limus, & altera duo, motū mediocrē, & uocis mo-
dulationē. Quibus perpetuo usæ nō solum miti-
gant, sed etiā somnū conciliant; uel hoc ipso testi-
fante natura ad musicā eos & exercitia suo pte in-
genio esse propensos. A deo quisquis his artibus
probe uti sciet: is nimirū & corpus & animū opti-
me instituet. Nutricibus igitur triplex puellis ex-
cogitata dimotio est: in cunis, in lectulis pendentibus,
in suis ipsarū ulnis, ubi iam hoc aliud quoq;
nobis æstimandū oritur, ad sanitatis tutelā uel in
primis necessariū: cū Asclepiades planē aperteq;
exercitationes dānet; Erasistratus uerecūdius ti-
midiusq; decernat, cæterum idem cū Asclepiade
sentiat; reliqui ferē medici non solum ad euexian, id
est bonam corporis habitudinē, sed etiam ad sani-
tatē eas prædicent. Porro exercitationū tria saltē
prima notant genera, utiq; quot motionū differē-
tiæ, quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab alijs,
aut medicamēto. Horū tamen tertia species ad sa-
nos nequaquā pertinet. Sed qui ab altero præstatur
motus: nauigando, equitando, uehendo, atq; ut
paulo ante dictū est, in cunis, lectulis, ulnisq; ob-
tur. Recens tamē nati puelli tā ualentē motum q̄
est qui uehiculis, nauigijs, equisue præstatur, ad-
huc non desiderant. At qui iam tertium aut quar-
tū annū agūt, his uehiculo nauigioq; modice agi-
tari licet. Septēnes uero etiā ualentiora exercitia
tolerant, ita ut equitare iam assuescant. Per se ue-
ro moueri tum primum pueris licet, cū iam repe-
re cœperūt, magisq; etiam cum ingredi. Immatu-
re uero cogendi omnino non sunt: ne crura eorū
pondere uitietur. Sanē uel hac ætate facile declar-
atur quanta sit naturæ nostræ cum exercitijs so-
cietas, cū pueros, nec si concluderis loco aliquo,
prohibeas quo minus discurrāt, ac pullorū uitulo-
rumq; ritu lasciuant. Quippe sua cuiq; animanti
natura satis est ad proprias cōuenientesq; excitā-
das appetitiones, quibus sanitatē salutēq; tueatur.

Galen.

Verū Asclepiades nihil horū cogitās, per magnū
ocium captiunculas texit quibus docere conetur
nihil ad bonā ualitudinē exercitia conferre. Verū
huic postea quod par est respondebit, ceu garruli-
tate ad finē potissimū taxāda. Est enim nobis hoc
loco propositū nō sophistarū nugas refellere, sed
qđ ad sanitatē tuendā conducat, præcipere. Itaq;
ad infantes redeo qui optimo corporis habitu sūt.
porro his animi q̄q; mores citra uitū esse par est.
Qui em iusto sūt ad irā magis p̄cliuēs, aut animo
planē demisso, aut sensiles magis aut insensiles,
aut p̄ter modū gulosi, hos parū idoneo tēperamē-
to esse ijs partibus quibus prædictorū singula ad-
ministrant, necesse est. Proditū uero de his fusi-
us est in ijs libris quos de Hippocratis Platonisq;
placitis scripsimus. Verū qui nunc propositus in-
fans est, undecūq; absolutus est. Huius ergo sicut
nullum ex animi moribus corrigere, sic eisdē ser-
uare nequo uitietur, oportet. Seruat uero quidq;
ijsdem planē generibus, quibus corrūpitur. Cor-
rumpuntur animi mores praua consuetudine cur-
susq; horū, cibi, potionis, exercitationis, uidendi,
audiendi, totius deniq; musices. Itaq; peritum ho-
rum omnium esse eum medicum oportet qui sani-
tatis tuendæ curam suscipiet, nec ea opinione esse
quasi ad solum spectet philosophū animi mores
effringere. Quippe huic ob aliud omnino maius id
muneris tribuitur, nempe animi sanitatem: medi-
co uero, ne corpus facilius in morbos dilabatur:
quando iracundia, fletus, ira, tristitia, cura immo-
dica, & multa super his uigilē febres accendunt,
ac grauissimis ualitudinibus initia præbent; uel u-
ti ediuerso cogitationis mentisq; segnitia, ac ani-
mus omnino deses, decoloratos, atq; ex atrophia
id est nutriendi defectu graciles, ob naturalis ca-
loris imbecillitatem reddunt, hunc enim calorē
præter cætera intra sanitatis fines custodire opor-
tet. Custoditur autem modicis tum corporis tum
animi exercitijs. Qui namq; motus modū non ser-
uant, siue ij ex rationali, siue ex appetitoria, siue
ex animosa animi parte cientur, si modum nimirū
excesserunt, biliosum animans reddunt. Si intra
modum nimirū subsistunt, pituitosum frigidumq;
efficiunt. Quinetiam priorē habitudinem febres,
& qui calidiores affectus sunt; posteriorē iocino-
ris & uiscerum obstructions, comitiales morbi,
apoplexiæ, in summa, destillationum fluxionūq;
morbi plerunq; excipiunt. Et nos ægros quotan-
nis nō paucos persanauimus solis animi motibus
ad debitum modum reuocatis. Est uero non sper-
nendus huius sententiæ testis, ipsum patrium no-
bis numen Aesculapius, qui multas scribi cantile-
nas, mimosq; ridicularum rerū fieri, & melodias
quasdam instituit ijs quibus uehementiores ani-
mosæ partis motus, corporis temperamentum ius-
to calidius efficerēt. Alijs quibuldā, neq; ijs pau-
cis, uenari, equitare, atq; armatos exercitari ius-
sit, iisdemq; statim tum motuum ipsorum speciē,
utiq; quibus motus insunxit: tum armorum, qui-
bus armatis exerceri præcepit, definiuit. Non em

Tom. 2

k

quo pa

quo pacto excitetur erigaturque animosa pars, cum a imbecilla sit, præcipere sathabuit, nisi etiam mensuram eius ab exercitationum idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea animi portio cum apris, uris, tauris, & alijs id genus prævalentibus robore belluis agitandis sumus attentis; & cum leporem, capream, & id genus fugaciam ac timidam sectamur. Nec similiter cum in leui armatura, & graui exercemur. Nec pariter cum citato cursu dimouemur, & cum mediocri motu agimur. Nec ubi cum alijs contendimus, & ubi soli agimus. Iam clamore, antacitus ad labores inhorteris irritesque, non parum sanè interest. Verum de his latius dicitur in sequentibus. Sed infantes qui optimū fortiti sunt temperamentum, (de his enim sermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrant. Quippe loquelæ adhuc expertes, ploratu, clamore, iracundia, & inordinato sui motu, dolorem indicant. Nostrum igitur officium sit, coniectantes quid desiderant, assidue id suppeditare, priusque auctus dolor in nimium atque inordinatum motum unum cum corpore etiam animum ipsum uniuersum coniiciat. Siquidem dentientes, aut ab externo quopiam offensi, aut aluum exonerare, aut meiere, aut esse biberere cupientes, perinde ac discruciatī plorant, atque enormiter mouent. Fieri etiam potest ut frigore offensi tepore desiderant; sicuti contra aestu afflicti refrigerationem. Est quando multitudinem instratorum non tolerant. Quippe multos offendit id quocumque non minimū; maxime uero cum aut totum corpus uertere, aut etiam artus mouere cupiunt. Quinetiam ipsa quies si sit diuturnior, non parum molesta esse solet, quando nulla animans immodico ullo delectatur, sed semper mediū modum expetit. Porro mediū modus non unus omnibus est, sed ex eorum semper est numero quæ in collatione ad aliud spectantur. Quocirca qui curam infantis educandi suscipiet, huc plane ut acrem mediocritatis convenientisque contentorem esse, ita hæc semper præbere oportet priusquam ex desiderio cuiusuis auctus dolor simul cum corpore animum quocumque in motus immodicos coniiciat. Quod si quando quod infestat, imprudentibus inscientibusque nobis auctum esse contigerit, corrigere id tentabimus illico uel præbito quod expectit, uel sublato quod offendit, etiam motu per uernas nutrices adhibito, ac uocis modulamine, quo uti prudentiores nutrici consueuerunt. Ego namque puello quodam totū diem irato, ploranteque, ac immodice se inordinateque iactante, nutrice ipsa omnis consilij inope, deprehendi quod offendit. Quippe ut neque papilla in os immissa, neque à nutrice prolatus si forte meiere, aut aluum exonerare uellet, lenitus est, sed nec cum ab uulnari agitato reclinari est ceptus, aduertit autem tum lectum, tum inuolutum, tum uestes ipsas sordidiores, præterea puellum ipsum immundū, atque illotum lauare detergereque iussi, tum lectulum mutare, ac uestem omnem tertiam mudamque præbere. Quibus peractis, protinus ab immodico agitato conqueuit, illicoque dormiuit

non suauissimum modo, uerū etiam longissimum somnum. Ut uero recte conicias quæ puello officiant; non modo solertia est opus, sed etiam assidua de ipso qui nutritur experientia. Hæc igitur omnia usque in tertium à natali annum circa puellum peragenda censeo. In primisque de nutrice ipsa non minimam habendam esse curam, quid edat, quid bibat, quo pacto in somno, uenere, exercitatione se habeat; ut uidelicet lac eius egregie sit temperatum; quale certe erit si sanguis eius quam optimus sit. porro is talis est, qui nec flaua abundat bile, nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec aquosus liquore permixtus. Nascitur autem eiusmodi sanguis ab exercitatione moderata, & cibis tum boni succi, tum iusto tempore modoque assumptis, præterea positione temperata modiceque sumpta. De quibus omnibus in his quæ post dicentur, diligenter agetur. A uenere omnino abstinenda esse quæ cumque lac præbebit, moneo. Nam & menses uiri consuetudine prouocantur, & lac odoris gratiam in deterius mutat; quinetiam aliquæ in utero concipiunt; quo alienius à puello adhuc lactente nihil est. Ita enim quicquid sanguinis est optimum, in foetū absorbitur. Quippe is cum propriū in se uitæ principium contineat, & huius moderamine agitur, & assidue conueniens sibi alimentū trahit, utero ipsi ueluti radici adhærens, nec usquam ab eo nocte dieue descendens. Interim uero non minor modo, uerum etiam deterior rationabiliter redditur ipsius grauidæ sanguis. Quo fit ut lac ipsum tum prius, tum uero exiguum in mammillas colligatur; Quare si quæ infantē lactat, uterū gerit; ego magnopere suaserim aliam inueniendam nutricem. Cuius etiam lac gustu, odoratu, uisu considerandum explorandumque diligenter sit. Siquidem quod optimū est, id gustanti olfactantique planè suauē, intuenti candidū, æquabile, ac liquidū crassique mediū apparebit. Quod uitiōsum est, ediuerso aut crassum & caseosum, aut liquidū & serosum ac liuidū, tum consistētia ipsa coloreque inæquabile uidebitur. Idē gustantibus, amarorē, aut salsetinem, aut qualitatem quampiam extraneam exhibebit. tale uero nec olfactanti suauē erit. Atque lactis probi improbi que hæc sunt indicia. Quibus diligenter animaduertis, quoties uel concepit mater, uel morbo aliquo est affecta, ad aliam nutricem quæ iudicio delectuque pareatur, festinandum censeo. Tum uero puellum quoad primores dentes emiseric, solo lacte alendum. Quo tempore eum solidiori quodammodo iam cibo assuefacere consue-niet, quod etiam experientia planè doctæ mulieres faciunt; primū panem, mox legumina, ac carnem, & similia, omnia prius commansa puellorum osculis immittentes. Corpus autem infantium commiscere oportet oleo dulci; sicuti id ipsum recte peragunt nutrices pleræque, statim ipsas corporis partes modulantes atque fingentes. Verum in eo quod proposuimus puero, qui corporis statu est optimo, quod ad membrorum modulū saltem attinet, nihil est quod curiosa nutrix sit, sed tantum fricet quoti die mediocriter, ac lauet; idque quam fieri maxime potest

potest lacte in uentriculo minime adhuc harente A
crudo: quippe q̄ periculum est ne priusquam pro
be sit concoctum, in totū corpus infantis digera-
tur. Multo uero maxime si quis uentriculū ipsum
adhuc lactis plenum infricet, tū corpus crudo ali-
mento implebit, tum caput onerabit. Quo magis
prospiciendum in primis est, nequid nutrimenti
neq; ante balneū, neq; ante frictionē puerulo præ-
beatur. Id fiet si ad hæc administrāda nutrix post
longissimū somnū tempus obseruet. Id enim ma-
xime temporis est, in quo uel inanem planē uen-
triculum inuenias, uel certe concoctum, siquid in
eo remansit. Quæ autē ut hodie sit faciūt, sanē læ-
dunt, aliæ unum & certum diei tēpus præscriben-
tes, aliæ cum ipsæ à negocijs uacent, tū demū cu-
rantes. Quo fit ut sapius lædi q̄ iuuare pueros B
necesse sit. Quippe quod à nobis præscriptum tē-
pus est, aliās in aliud diē noctisue tēpus incidit.
Maiorum tamen puerorum, qui uidelicet plagis,
minis, obiurgationi, monitis parere norūt, ijs du-
plex tum fricandi, tum lauandi temporis occasio
est: prior ac commodior, cū matutino somno sur-
rexerint, deinde luserint, ac iam cibum petant.
Tum enim maxime uideandi ad hæc sunt, ac cor-
pus quidem ad sanitatē pariter & bonā habitudi-
nem, animus ad obsequelam & temperantiā exer-
cendus. Interminandumq; nō aliter nos cibū præ-
bituros, nisi, quantum ipsi uelimus, frictioni bal-
neoq; se permiserint. Atq; optimū quidē tempus
hoc fuerit. Quod si qua occupatione, qui puellū
alit, auocet, modico pane præbito ludere permit-
tat, quantū uelit: dein cū rursus cibū petierit, tum
fricet, lauetq;. Minime tamen bibere ei permitten-
dum post cibum est quem balneū excipit: quādo
ita præcipitator eorū quæ uentriculus continet,
distributio in corpus fiet. Id uero in corporibus
prorsus sanis cauere oportet, Quippe quibus uti-
lius sit ante balneū cibum dedisse, horū planē im-
probandi tum affectus sunt, tū corporū status. De
his uero in sequentibus dicemus, nunc premen-
dum nobis propositū est: nepe ut puellū cui opti-
me affectum corpus sit, sic educemus, ut talis per-
petuo seruetur. huic expedit, ut cibis balneum se-
quatur. Quod si, quo loco puellus alit, balnei co-
pia nō sit, (fortasse uero nec ista unquā legēt qui
ibi habitant) in concha pueros lauant, donec alte D
rum iam tertiumue ætatis annum attigerint. Qui
uero hos annos exceßerint: eos, si nō quotidie, at
certe tertio quoq; die quartoue ungunt atq; infri-
cant. Quod si anni tempus non prohibeat, stagna-
amnesq; his balnei loco sunt. Apud Germanos
enī plane ne nutrire quidē infantes cōtenderim.
Verū nos neq; Germanis, neq; alijs agrestib. aut
Barbaris hominibus hæc prodimus, nō magis e-
quidē q̄ ursis, apris, leonibus, aut alijs id genus:
sed Græcis, & ijs qui tamen si genere sunt Barbari,
Græcorū tamen amulant stadia. Nam quis, que-
so, nostrū tulerit, modo editū infantulum, etiā ab
utero calente, ad flumen deferre, ibiq; (sicuti Ger-
manos aiunt) ceu cādens sit ferrum, in frigidū hu-

Galeo.

morem mergendo, simul de naturæ uigore pericu-
lum facere, simul corpus ipsum roborare? Quip-
pe si citra noxam id tolerauit: & q̄ propriæ natu-
ræ robur ostendit, & nouū præterea robur ex fri-
gidæ cōmercio comparauit, nulli non pateat. Cæ-
terum si ab externo frigore naturalis calor sit ui-
ctus: q̄ protinus interire necesse sit, id quoq; nemi-
nem latet. Quis igitur mentis cōpos, nec omnino
ferus, Scythæue, proprium pignus in id agere di-
scrimen sustineat, in quo errorem mors sequitur:
potissimum cum ex eo periculo non magnum sit
quod lucrificiet? Asino enim fortassis, aut id ge-
nus experti rationis animati utilissimū fuerit den-
sum ita tergus durumq; effici, ut citra dolorem fri-
gus toleret. Homini ratione prædito, cuiā quæ-
sio tam magno sit usui? Non enim si quis absolute,
citraq; exceptionem pronunciet cutē densissimā
durissimāq; utilem ad sanitatē esse, is recte dicat.
Cum nanq; animalis corpori duplex insit in cō-
modum, alterum ab externis, alterum ab internis
occasionibus: quorū certe rara mollisq; cutis est,
ij ab extrinsecus imminetibus malis facile tētan-
tur: quorum densa ac dura, ab internis. Itaq; etiam
Hippocrates ubi de ijs præcipit quæ in nobis ab
alimento ad cōmodum incōmodūue cedunt,
post alia multa, hæc scripsit: Raritas corporis ad
trāspiratū ijs quibus plurimū aufertur, salubrius:
quibus minus, insalubrius. Præstat ergo utrunq;
declinasse excessum, nec adeo aut densam reddi-
disse cutē, ut corporis transpiratū prohibeat: aut
rarā, ut facile à qualibet extrinsecus incidenti oc-
casione lædatur. Tale porro natura est propositū
nobis hoc loco puelli corpus, cū sit mediū om-
nis excessus. Est ergo id ea ratiōe alendū, ut status
sui gratiā perpetuo seruet. Seruabit autē, si primis
quidē annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis a-
quæ & calentis utare: quod uidelicet corpus eius
molle q̄ diutissime seruatū, ad plurimū augmentū
perueniat. Ab his annis cū iam mitti in ludū est ha-
bilis, nō necesse erit assiduus præterea balneis uti,
sed interim dum luctari condiscit, mediocriter in
ibi ante cibū exercitari sat erit, ac balneo plerunq;
abstinere. Modū uero in labore excessisse, qd̄ nō
nulli pædōtribæ pueros cogunt, prorsus alienum
est. siquidē intēpestiua duritiæ corporis inhibetur
auctio, etiā si natura sit ad auctū quāmaxime com-
paratū. Sanē uinū q̄ diutissime qui ea natura puer
est, ne gustare quidē suaferim, quippe quod hau-
stū & humectat nimīū, & calfacit corpus, tum ea
puthalitu replet ijs qui humido calidoq; tēpera-
mento sunt, quale est eiusmodi puerorum. Atqui
humidos calidosq; fieri: quoniā eō iam calor is hu-
morisq; peruenerūt, ut si paululū utrūuis qualita-
tem auxeris, iam modū exceßerint. Cum autē sit
omnis excessus fugiendus, maxime hunc fugere
expedit, ex quo nō corpori modo, uerū etiam ani-
mo damnū accedit. Quare neq; iam adultis uinū,
nisi modice sumptū, existimandū est utile esse: q̄
uidelicet & ad iram & libidinem præcipientes facit;

Top. 2

k 2 & partem

& partem animi rationalem hebetem turbidamq; reddidit. Ceterum his ipsis ad bilis excrementa uel mitiganda, uel expellenda, est sane non inutile: non minime uero ad eam siccitatē quæ in solidis partibus aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis temperamento prouenit. Humectat namq; ac nutrit quicquid immodice siccatum est: tū bilis a marg acrimoniā mitigat ac frangit: præterea per sudores urinasq; iracuat. Pueri uero, ceu qui talem succū minime colligunt, quicq; naturalē humiditatem plurimā obtinent, ut cōmodorum quæ uini potio largitur, planē non egēt: ita incōmoda quæ affert, tantū sentiunt. Nemo itaq; rationis cōpos ea uti potione pueros sinet, quam, præterq; quod nullum affert cōmodum, immensum etiā sequitur incōmodum. At frigida potione omnino prohibendos eos non cenfeo, quod tamen aliqui faciunt: utrum à cibo plerunq; & per calores, cum ipsis cordi erit, uti non displicet, potissimū uero (si cōpia eius sit) fontanæ recentis, cui nulla qualitas uitiosa aliunde sit cōtracta: ea si non est, reliquarū. Cauendæ uero sunt quæ ex stagnis hauriuntur, & quæ turbidæ, & quæ male olentes, & quæ salæ: dehiq; in quibus qualitas aliqua gustu deprehenditur: quādo quæ optima est, ea penitus nō gustui modo horū, uerū etiā olfactui omnis qualitatis expers uidebit. Eadem tū quoq; potui iucūda erit, tū planē pura. Quod si præcordia quoq; celeriter transiit, nihil est q; magis idoneā requiras: quando si qua pura lymphidæ est, nec potui insuauis, nihil secius tamen circa præcordia hæret, hæc uitio non caret: atq; abstinentium ab ea cenfeo utiq; cū prorsus est frigida: ceterū à calefacta nō deterreo. Ac tutissimū quidem sit experientia ipsa de huiusmodi aqua iudicium fieri. Quod si quis est, qui ex notis potius uim eius prænosse malit: Cuius fons ē petra scaturiens, contra Septentriones fluit, Solemq; auersum habet, hanc ægre concoctum iri, tardiq; transitus esse putandum est: eadem nimirū calefiet frigefietq; tarde. Contra cuius ad orientē Solem fons erumpit, quæq; per meatum aliquem mundum, aut puram colatur terram, eademq; calefit ac refrigeratur ocyssime: hanc omni ætati uti lissimā esse existimādū est. Non enim sicuti uino, escis, exercitatioe, uigilijs, somno, ac uenere, alijs aliās uti pro ratioe ætatis expedit, ita de aqua quoque statuendū est: sed quam nunc optimā indicauimus, hac uti puero, iuueni, senī, cōducet. Idem de aere iudicandum: quem optimū in pulmones trahere, omnibus iuxta salubre est. Optimū aërem cenfeo, qui prorsus sit purus. Eiusmodi uero fuerit qui nec stagni, nec paludis habitu sit infectus, nec ex profundo specu pestilentem aurā spiraret, qualis circa Sardis, & Hierapolin, aliubiq; rarū uisitur. Nec qui ex cloacis quæ urbē aut numerosum exercitū purgent, uitium cōtraxit. Nec qui ex animalū, olerū, aut leguminū putredine, aut fimo coinquinatur. Nec qui ob stagnum uel flumen uicinū nebulosus est. Nec qui editis undique montibus in cauo loco clusus nullum recipit

perflatum. Suffocans enim putrisq; est, similis ei qui in domibus quibuscūq; est inclusus, in quibus ob putredinem, & perflatum defectum, plurimus acervatur situs. Huiusmodi ergo aer omni planē ætati est noxius: sicut ediuerso qui purus omnino est, nulli non ætati est utilis. At uero quæ ex calore, frigore, siccitate, humiditate, diuersitas aeris contingit, non perinde se ad omnes homines habet. Sed corporib. quæ optimo temperamento sunt, etiam optime temperatus aer est saluberrimus. In quibus uero aliqua exuperans qualitas dominat, ijs utilissimus aer est qui ei qualitati maxime est aduersus, frigidus calidæ, calidus frigidæ, humidiori siccus, sicciori q; par est, tātō humidior, quāto siccitas ipsa modum excessit. Atq; hæc quidem hoc loco intellexisse sat est. Quemadmodū uero incōmoda quæ ex uitiosis aere aquisq; proueniunt, corrigas: alio uolumine dicitur. Nunc em̄ optimum corporis statū, simul cū optima uictus ratione, ceu scopum ac regulam quandam tractare constitui. Quæ enim uitiosa in aliquo corpora sunt, horū uarietates omnes unā cum idonei ipsis uictus ratione in sequētib. libris prosequemur. Quare rursus ad optimi statūs puerum reuerſi, secundum septennium eius explicemus, & cuius temperamētū sit, & quodnam postulet uictus genus. Ergo temperamentū eius (ut in libris quos de temperamenti scripsimus, euidenter ostendimus) calidū est eodem gradu quo prius, humidū uero nō eodem. Quandoquidem omne animās ab ipso statim ortu siccius in dies efficitur: minime tamē per omēs ætates aut calidius aut frigidius euadit. Sed quorum optime se habent corpora, ijs calor similis quodammodo usq; ad summū incrementū manet. Quorum uero humida frigidæq; supra optimæ conditionis corpus sunt, horū calor augetur. Sed non est nunc de his sermo. Cui uero optimi status corpus contigit, is ad quartumdecimū usq; annum iam traditam uictus rationem obseruet: illo tamen in exercitatione seruato modo, ut neq; immodice se, neq; uiolenter exercitet: ne corporis id incremento sit in mora. Lauetur autem calida potius q; gelida, ut qui nōdum hanc citra noxam tolerauerit. Hoc ætatis animū quoq; finxisse aptissimum est, idq; potissimū probis consuetudinibus, & grauib. disciplinis, quæ animo modestiam pariant. Quippe ad ea quæ sequente ætate circa corpus eius moliri oportebit, maximo cōpendio sit animi modestia, & ad parendum facilitas. A secūdo uero septennio usq; ad expletum tertium, siquidem ad robustissimū corporis habitum prouehere hominem cupis, aut militem eum strenuū, aut luctatorem, aut aliās uiribus insignem destinans: utiq; de ijs animi dotibus quæ ad scientiam sapientiamq; pertinent, minus laborabis. Quæ enim ad mores spectant, hac maxime ætate perfici absoluiq; cōuenit. Sin corporis mēbra roborare hactenus cupis, dum sanum quendam habitum & incrementū ijs cōpares, animi uero rationalem partem ornare adolescentis studeas: non est utrobique eadem

eadem uictus ratio ex usu. Quamq; etiam tertiam A
 quartamq; uitæ formulam licet inuenire: alijs for
 didarum cuilibet artium deditis, idq; uel ei quæ cor
 pus exerceat, uel alienum ab exercitio id teneat:
 alijs ad agriculturam, uel mercaturā, uel tale quip
 piā se conferētib; quæ genera tot numero sunt,
 ut difficile certe uideatur omnes uitæ species cer
 to numero complecti. Ac ars quidem quæ sanita
 tē tuendam proficitur, omnibus profecto homini
 bus sanitatis tuendæ documenta pollicet, aut sin
 gulorū propria, aut omnium cōmunia; aut hæc qui
 dem propria, illa uero cōmunia. Veruntamen fieri
 nequit, ut de omnibus simul differatur: sed ut
 primo loco quemadmodum quis ad longissimum
 prolata uita, etiam bona ualitudine perpetuo ura
 tur. (Sanè hanc uitā ab omni quod necessitate se
 ingerit negotio, liberā esse oportet, ac soli corpo
 ri uacare.) Secūdo loco, ut de ijs quæ cum arte ali
 qua, aut opere, aut exercitio, aut ministerio priua
 to publicoue, in summa, quæ cum premente ali
 quo negotio cōiunctæ sunt. Sic utiq; fieri potest
 ut de omnibus differatur. Neq; enim aliter aut di
 lucidus, aut memoratu facilis, aut certe methodo
 traditus sermo noster uideatur, nisi hunc ordinē
 sequatur. Sed ad id quod primo loco propositum
 est, reuertendum, docēdumq; quemadmodū qui
 optimū corporis habitū est nactus, ab omni
 bus quæ ad publicum in uita spectant, secedens,
 ac sibi soli uiuens, nec morbo ullo quoad fieri po
 test unquam tentetur, nec ante longissimum uitæ
 tempus morte occupetur. Immortale nanq; fieri
 quod genitum est, planè non potest: tamen nostri
 temporis philosophus quidam in egregio scilicet
 opere illo in quo immortalitatis uiam docet, id
 ostendere sit aggressus. Vt uero in plurimum per
 duret tempus, id uero fieri posse profecto conue
 nit, præsertim eius qui optima sit natura. Sunt enī
 qui ab ipso ortu a deo improspere corporis sint sta
 ti, ut ne si Aesculapiū quidem ipsum ijs præse
 ceris, uel sexagesimū annum uideant. Sed nō est
 nūc de his locus. Quare ad illū potius qui optimo
 est habitu, reuersi, repetamus ea quæ inter initia
 demonstrauimus. Nepe quod comesse bibereq; no
 bis necesse est, propterea quod e corpore nostro
 aliquid semper defluit. Cum uero edendum no
 bis bibendumq; sit, necesse rursus est excernē
 dorum curam rationemq; haberi. Horum uero
 cum uariæ sint species, aliæ eorum quæ in uentre
 perficiuntur, aliæ eorum quæ in iocinore, arterijs
 & uenis, aliæ eius quod per singula membra distri
 buit alimētū: sanè cuiusq; suam esse uacuationē
 oportet: sicuti id ipsum ab initio instituisse natura
 uidetur, quæ instrumenta animalibus contulit:
 illa quæ excrementa ipsa expurgent ac separēt, alia
 quæ deducant, alia quæ in unū colligant, alia quæ
 excernant. De quibus omnibus tractatum nobis
 fuit in ijs cōmētarijs quos de naturalibus
 facultatibus, & quos de particulari animalis usu
 inscripsimus. Nunc hypotheseos loco præsumen
 da erunt ad ea quæ paramus. Primū nanq; excre
 mentū & a sincero separatur, & paulatim impelli
 tur per omnia intestina usq; ad satis capax spatiū,
 quod in eo intestino uisitur, quod ab argumento
 rectum uocāt. Ad cuius exitum musculi quidam
 sunt inserti, qui ipsum coercent, intusq; detineāt,
 ac ne immature effluat uentent. Postea uero quam
 plurimū congestum iam graue animali fuerit, tū
 foras agi sinunt, ad celeritatem emissionis etiā ab
 dominis musculis unā cū transuerso septo adiuuā
 tibus. Iocinoris excrementorū, aliud est quale qd
 florem in uino appellant, aliud quale quod fex di
 citur. Attrahitur alterum a uesicula quæ iocinori
 subiicitur, alterū a liene. In his collecta, excernun
 tur, alterum in priorem tenuis intestini partē, alte
 rum in uentriculū, ab hisq; iam per omnia intesti
 na unaq; cū siciori alimētū excremento permeāt.
 Quod autē in uenis & arterijs excrementum acer
 uatur, eiusmodi planè est quale in lacte concreto
 serū. Hoc renes a sanguine secernentes, ad uesicā
 transmittunt. Ea porro id colligit, seruatq; ad eun
 dem ferme modum quē de sicco excremento su
 pra retulimus. Quippe adnasci hic quoq; ad exitū
 ipsum musculus quidā transuersus, qui oscu
 lum uesicæ ita ad unguem comprimit, ut inde ni
 hil effluat. Postq; uero huius quoq; collecta iam
 copā animal urget, illico se remittens laxansq;
 statione cedit. Vesica uero omne excrementū ex
 cernitur: rursus hic quoq; ad celeritatem exitus au
 xiliantibus musculis ijs qui in abdomine sunt siti.
 Reliquū excrementorū genus in singulis anima
 lis nascitur particulis ex ipso unde aluntur succo:
 aliud quidē ceu semicoctæ quæpiā reliquæ, quæ
 ad similitudinem nutriendæ parti nequiterunt: aliud qd
 transmittendi alimenti fuit ueliculum. Nunc fun
 ctum officio humidum tenueq; superest, quale ni
 mirum serosum illud iam dictum quod ex uasis,
 id est uenis & arterijs, in uesicam defluit. Huic ex
 cremento nullus certus a natura præscriptus mea
 tus est. expellitur tamen partim actū per ipsa mol
 liora corpora quæ fluentis eius uolentē cedunt,
 potissimum cum a spiritu maiore impetu irruēte
 impellitur: partim etiam per exiguos omnes cor
 poreæ molis meatus, πρὸς Græci uocant: quo
 rum non modo reliquum corpus uniuersum, sed
 etiā tota cutis plena est. Dictum autem nobis de
 generatione horum est in libris quos de tempera
 mentis edidimus. Ergo tenuissimum huius gene
 ris excrementū facile sanè eicitur, partim in spe
 ciem halitus ab insito calore solutū, partim in uolē
 to motu confertim erūpens. Appellat uero quod
 ita excernitur, sudorē. Alterum uero cui nullū pu
 blice nomen est, quod uidelicet nec uulgo est co
 gnitū, ut quod conspectū præ tenuitate effugiat:
 ab ijs qui id ratione contēplati sunt, ἔδνρος ἀδν
 ρος ἢ ἰσπνοῦ Græce, id est transpiratio, uel perspira
 tio, uel persflatus sensum latens uocatur. In hoc in
 sensibili persflatu etiā crassioris excrementi nōni
 hil excernitur. Huic autem & uehementiore calo
 re, & fluoris impetu maiore opus est: cum alioqui
 periculum sit ne ante itineris finē sistatur, saltem

Galen.

Tom. 2

k 3

ad cutim

ad cutim. Ab hoc excremento tū pilis originem esse ostensum nobis est: tū uero ijs quæ circa omnium cutim semper acervantur sordidis. Ac dicta ferme nobis uniuersa sunt tum generationis, tum etiam expulsionis excrementorū capita: quæ in alijs nostris operib. quorū proximè meminimus, euidenti demonstratione asserta, hypotheses opportuna sunt ijs quæ nunc molimur. Nam quoniam eijs hæc oportet, utpote quæ uitiosa qualitate sint, tametsi Asclepiades reclamet; conuenit (arbitror) primum nouisse quibus maxime causis remorentur; dein rationem iniri qua nec in ipsas incidatur: ac si quando inciditur, quæ primū error corrigatur. Atque ne incidatur quidem, hinc licet assequamur, utique si excreta abunde sint necne, compertū habuerimus, ut uero erratū corrigat, certa methodo est opus. Dicamus itaque primū à quibus maxime remorentur memoratorū excrementorum singula; mox quo pacto quod retentū est expediat. Ergo ijs quæ in uentre continentur excrementis mora contingit aut ipsius cibi portionisq. culpa, aut ipsius uentriculi unā cū intestinis. Et cibi quidem portionisq. uitio, aut propter qualitatem eorum, aut quantitatem; ad hæc ordinem, utendiq. modum. Et propter qualitatem quidem, si acerbæ, austera, aut sicca naturæ fuerunt. Propter quantitatem, si iusto plura aut pauciora sunt assumpta. Ordinis culpa, si quæ sicca adstringentiæ sunt, primo: quæ humida pinguis & dulcis, secundo loco sunt sumpta. Modi uisus ratione, si cum his fuit edendum, totum semel sumpserit. Quæ uero uentris intestinorum uel uitium sequitur excrementi mora: uel ob naturalem eorum affectionem accidit, uel certe acquisitiuū. At quæ quidem naturæ eorum uitio causæ proueniūt, ex prauis corporis habitibus aliqui sunt: sicuti ubi de his agemus, dicitur. De acquisitijs hoc loco agemus. Recetium uentris affectionum octo sunt differentia, singulæ ipso genere interperies: & quatuor quidem simplices, calor, frigiditas, siccitas, humiditas. quatuor compositæ, calor unā cum siccitate, idē cum humiditate; frigus adiunctum siccitati, idē cum humiditate. Sane eō creuisse magnitudinis harū quamlibet oportet, ut iam inualidā reddiderit impultricem uim aut uentris rātum, aut gracilis intestini, aut plenioris, aut etiam omnium simul, aut ex his quorundam. Creantur porro eiusmodi interperies modo ab ijs quæ intrō in corpus sumuntur: modo ab ijs quæ foris incidunt. Et ab ijs quæ in corpus sumuntur, cum in cibo uel potione uis quæpiam medicinalis est immista ex earum genere quæ uel calfaciunt, uel refrigerant, uel siccant, uel humectant, uel unā calfaciunt & siccant, alia uel quapiā connexionē harum qualitātū afficiunt. Ab ijs quæ foris incidunt, uel ambiētis nos aeris uitio, (cū is immodice calfacit, aut refrigerat, aut siccatur, aut humectatur, aut copula quauis harū qualitātū afficit) uel aquæ qua lauerimus, uel unctio- nis qua uncti sumus, uel deniq. alterius cuiusquā quod cū foris uentriculo adhæserit, aut calfacien-

di immodice hunc, aut refrigerandi, aut siccandi, aut humectandi uim habuit. His igitur de causis supprimitur excrementum uentris. At fluxus bilis excrementū moratur aut propter attrahentis expellentisue facultatis infirmitatē, aut propter uasorū quibus deducitur atq. excernitur, angustia. Porro infirmitas tum uesiculæ totius quæ iocino- ri subijcitur, tum eorū meatuū qui ab ea in iecur subeunt, tum eorū quibus in intestinum bilis euo- mitur; ex recentī intemperantia prouenire potest, talis utiq. qualis intestinorū uentrisq. impultricē uim lædi diximus. Angustia uero uasorum aut phlegmones uitio sit, aut propter scirrhus, (hi sunt durities quædā non seniles) aut obstructionem, aut circūiacentiū partiū innixum, aut osculorū con- uentia. Iam ipsa proximarum partiū compressio, aut propter immodicā copiam eorū quæ in se conti- nent, aut propter phlegmonē aut scirrū accidit. Aequæ & osculorū conuiuentia, aut propter horum quippiā, aut etiā siccitatem. Porro siccitatem acci- dere faciunt & quæ ualenter adstringunt, & quæ pariter calfaciunt & siccant. Illa namq. humorem exprimendo, & quæ patebāt contrahendo cōstrin- gendoq. ac densando, hæc eliciendo per halitum humore siccitatē inducunt. Phlegmone namq. & scirrhus quoniam morbi planē sunt, ad præsentē disputationē non pertinent; & alioqui de ipsis cō- modius agetur in sequentibus. Pari ratione atræ bilis excrementum aliquando sistetur, si lienis ad amaræ bilis uesicæ: uena uero quæ ad illū à porta iocinotis pertinet, ad uascula illa quæ amarū ex- crementū attrahunt; quæ uero ex liene in uentri- culum fertur, ad meatum illum qui amaram ege- rit, proportionē sit affecta. At excrementū quod per singulas animalis particulas congeritur; & co- pia sui, & crassitudine, & præterea lentore remo- ratur; ad hæc, ob imbecillitatē caloris qui id disse- cet soluatq. præterea transitus angustiam. Ac co- pia quidem, crassitudo, & lentor uel ex cibi portio- nisq. natura prouenit, uel ex recetī quapiam alte- raticis facultatis in eo qui nutritur, infirmitate. Imbecillitas uero caloris qui id excrementum re- soluat ac tenuet, ab exercitandi defectu prouenit. Angustia transitus aut ob scirrhum, aut phlegmo- nem, aut obstructionem, aut cōpressum alicius, aut conuiuentiam euenit. Quorum cuiusq. origi- nis rationē paulo ante retulimus. Sunt tamen par- tes quæ præter latentes hos meatus, alios quosdā apertos & conspicuos obtinent, sicuti cerebrū, & oculus. Id autem institutum à natura est aut pro- pter eminentiam particulæ, aut propter actionem exquisitijs obeundam, aut propter cōtinentium corporum spissitudinem. Est namq. cerebrum ra- tionalis animæ ceu domicilium. quod cū ossē soli- do undiq. sit septum, plurimis maximisq. canali- bus expurgatur: primum per nares, & palatum; se- cundo per utraq. aurem, tertio per caluæ com- missuras. Nec absimile est etiā aliquid ab eo con- fluere ad oculos. Oculus uero ipse non tanquam primatum aliq. inter partes obtinens, sed uelut qui purus

qui purus esse omnino postulet, quod uidelicet pro-
be munus suum obeat, per euidentes meatus ej-
cit quicquid in eo excrementi gignitur, nempe per
nares, genasq. Ergo excrementorum tum causas,
tum instrumenta iam diximus. Quæ quomodo
dum quis retenta expediat atque euocet, deinceps
docendum: initio rursus à uentre sumpto. Ergo il-
lud commune omnium excrementorum documen-
tum sit, ut retentionis causæ contrariam causam
semper admoveas. Speciale uero p singulas hoc,
si comestorū paucitate & siccitate restricta aluus
sit, ut tum plura, tum humidiora exhibeas. Si sic-
citate, plura tum uero non offeras, sed humidiora.
Si austeritate et acerbitate, dulcibus et pingui-
bus cibis. Quod si in ordine sumptorum erratum sit,
ut cum errore corrigas. Si cum his edendum e-
rat, semel comedit: ut non bis modo, sed etiam sæ-
pius pascas. Eodem planè modo & recens contra-
ctas intemperies contrarijs remedijs sarcias; nem-
pe quod siccatum est humectans, quod refrigera-
tum est calfaciens, ac reliquos affectus simili ratio-
ne corrigens. Quibus uero hæc fiant: in ijs que de
medicamentis scripsimus, prodita materia sunt.
At flaua bile retenta, siquidem obstructionis cul-
pa id accidat, eo qui extenuet uictu utendū: cuius
materia singulari uolumine à nobis est tradita. Sin
ex compressu id eueniat corporum quæ & eius
bilis meatibus uicina sunt, & immodice sunt refer-
ta: siquidem ex crassitudine succi id incidit, exte-
nuante uictu id utendū. Sin ex multitudine, præ-
sidijs quæ uacuent. Quod si ob phlegmonem scir-
rhūmue id contigit, iam res sanitatis tuendæ pro-
fessionem excessit. Sin propter recens contractam
intemperiem quæcunq; uicta qualitas est, hanc re-
stituere tentandum. Ad eandem formulam, & con-
niuentiam oscillorum aperire conueniet. Si ab au-
steris facta est, pinguius & dulcibus adsumi ius-
sis. Sin ijs quæ calfaciunt & siccant, successit, adhi-
bitis quæ refrigerent & humectent. Dicitur & ta-
lium materia in sequentibus libris. Idem expurgan-
di modus etiam tertio excrementorum genere re-
tento, quod per singulas animalis partes colligi di-
ximus, conueniat. Nam si contracta sint, & tan-
quam conniueant meatuū ora, per aduersa ijs quæ
sic affecerunt, succurrendū est: nempe quæ ex frigi-
dis causis ortæ coarctationes cōstipationesq; carne
molis sunt, ueluti quæ ex ambientis rigore corpo-
ribus nostris inciderūt, eas calfaciēdo. Rursus eas
quæ calori siccitatēq; superuenerūt, ueluti quæ fer-
uoribus euenierunt, refrigerando & humectan-
do. Parimodo & quæ adstringentium uitio pro-
uenere, cuius generis sunt aluminosæ aquæ, has
pingui ac molli frictione unā cū dulcis aquæ bal-
neo reparando. Quod si uel crassitudinis, uel a-
bundantiæ, uel lentoris excrementorum uitio ob-
structi meatus sunt: tenuatoria uictus ratio his a-
pta erit, præterea medicamenta quæ calfaciunt ac
dissecant, quædam intro deuorata, quæda foris ad-
mota: anteq; hæc omnia exercitatio. Nam ea quo-
que tum soluere excrementa potest, tum per sudo-

ris meatus ejcere, tantocū tam cibus quàm medi-
camentis tenuatibus præstat, quanto satius est nul-
lo corporis nostri habitus incommodo exigi quæ
redundant, quàm pariter & carne liquanda, & so-
lidis extenuandis. Hæc namq; incommoda calidis
attenuantibusq; medicamentis succedunt. Exerci-
tationibus uero adeo nihil tale succedit, ut etiam
firmitas quædam membrīs accedat, cum & natu-
ralis ipse calor accēditur, & ex partium inter se at-
ritu duritia quædam indolentiæque comparatur.
Quemadmodum uero se aliquis debito tempore
mensuræq; exercitet, ac singularum actionum or-
dine decenti qualitateq; utatur, nunc equidē ex-
qui nō statui: sicut nec de alimentis ipsius tempore,
modo, ordine, qualitate: sed nec de tenuatibus
cibus ac potionibus, nec de ijs medicamentis quæ
qualitatem immutāt. Nullius enim horum hæte-
nus particularem usum diximus, contenti summa-
tim & per capita tantū attigisse. Verum in sequen-
tibus libris de omnibus fulius ageſ. Nunc in com-
pendium redigere totum opus placuit, quatenus
nulla materia lateret cuius esse peritū deceat, qui
omnem sanitatis tuendæ artem profitetur, hunc
ὕγιον græce uoces, sicuti gymnasten, qui tantum
quæ ad exercitationes pertinent, callet. quā Eras-
istratus quoq; ita eum appellauit. In sequentibus
uero uoluminibus dictarum iam materiarum cu-
iusque tum tempus quo exhibebitur, tum qualita-
tem, tum usus rationem trademus, ita ut non iam
materia tantum sit, sed sanitatis conseruandæ cer-
ta causa. Etenim in tribus hisce primis generibus
consistit sanitatis tuendæ studium æque ac medendi
methodus: nēpe corporibus, causis, signis. Cor-
poribus quidem, ijs quæ & sana iam sunt, & eo sta-
tu seruari debent. Signis uero, corporum acciden-
tibus, ex quibus corpora ipsa dignoscuntur. Cau-
sæ sunt ex quibus custodia sanitatis perficitur. Ha-
rum materiam quatuor generibus iuniorum pro-
batissimi sunt complexi: admouendis, educendis,
faciendis, extrinsecus incidentibus. Et admouen-
dorum quidem nomine, cibus, potio, et siquid me-
dicamentorum intro sumitur, etiam aer attractus
intelligitur. Faciendorum uero, frictio, ambulatio,
uictio, equitatio, denique omnis motus. Quod si
nō quiuis motus exercitatio est, sed solum qui ua-
lentior est: adijciatur motui exercitatio, ut sint fa-
cienda tum motus, tum exercitatio. Referūt ad
hoc causæ genus, somnus, uigilia, & uenus. Ex fo-
ris incidentibus primus est circūdatus nobis aer,
deinde quæcunq; lauantiū ungentiūmne cuti pro-
pinquant, etiam si quod medicamentum sanitatis
tuendæ fines nō excessit: ueluti sal, myrra, nitrum,
aphronitrum, & aquarū aliquæ sponte natarū, &
calentiū. Educendorū uero materia prædicta pau-
lo supra est. An uero quatuor illis generibus recte
ex aduerso diuisio causarū generis sit facta, non fa-
cile dixerim: cum melius fortasse sit admouendis,
educēdis, faciendis, & incidentibus, alterari immu-
tariq; corpus dicere: mutationē uero aut in quali-
tate fieri, aut quātitate. In qualitate, dum aut inca-

k 4 lscit

lescit, aut refrigeratur, aut siccescit, aut humectū redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanitur. Iam inanitionem ipsam duplicem quoque esse. alteram excrementorum, de quibus mox diximus, alteram naturalis substantiæ nostræ assidue defluentis, quæ nutritioni ex aduerso opponitur. Notasse hoc loco operæpretium fuerit homonymiam, quam Hippocrates in opusculo de nutritione distinxit his uerbis: Alimentū aliud est quod nutrit, aliud quod quasi est nutriendum, aliud quod nutritur est. Quippe ei quod prima significatione alimentū siue nutritio est, substantiæ ipsius fluorem recte opponas. Ei uero quod in secunda significatione accipitur, tum hæmorrhagian, id est, sanguinis profluuium, tum uno uerbo omnem sanguinis inanitionē. Ei uero quod tertio significato dicitur, uomitum, & lenterian, id est, intestinorū leuitatem. Verum de talibus diuisionibus statuere pro arbitrio cuius liceat. Quisquis autem propositam artem rite administrabit, hunc omnis materiæ quæ ad salutem uictus rationem pertinet, uires habere cōpertas est necesse: quādo hinc demū dexter eius oritur usus. Cōtingit autem dexter eius usus, ubi opportunū cuiusque tempus ac modum quis inuenerit. Quare huc potius censeo properandum, quā prauis opinionibus refellendis immorandum. Sed quoniam satis uerborum primum hoc uolumen continet, claudetur hoc loco. Quod reliquum operis est, in cæteris exequemur.

GALENI DE SANITA^C

TE TVENDA LIBER SE/
CVNDVS,

THOMA LINACRO ANGLO
INTERPRETE.

A Rtis quæ de sanitate tuenda instituitur, summas scoposque proximum uolumen edocuit. Nunc singula membratim distinguere tentandum, initio rursus ab ijs sumpto in quibus proximus liber est finitus. Proponat itaque nobis in hoc libro saluberrimæ naturæ puer, qui iam tertium ætatis suæ septennium ingreditur: cuius corpus effingere cōponereque quoad fieri potest quā optime, propositū sit. Ac primum hoc ipsum definiendum, quid sibi uelit quod adicimus, optime. Vult autem nimirum illud. Veluti corporum ipsorum numerosa sanè diuersitas tradita est, ita uitæ rationū quibus uiuimus, species sunt diuersæ. Ergo fieri nequit ut in qualibet proposita uita optimam corporis nostri curam administres. Sed quæ cuique optima sit, hæc utique licet. Quæ absoluto sermone optima sit, in omni exequi uita non est. Nam maxima hominū pars implicitam negocijs uitā agit: quos etiā lædi ab ijs quæ tractant, est necesse: nec tamen mutare conditionem licet. Alij enim per inopiam in eiusmodi uitæ sorte incidunt, alij seruitute, quā aut à parentibus hæreditariā acceperunt, aut aliās

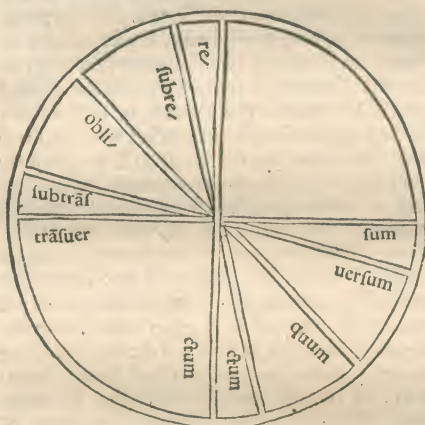
per uim aliquā capti raptiue, quas solas esse seruitutes uulgus existimat. Mihi uero, & qui ambitio/nis, aut cuiusuis cupiditatis gratia negocijs impositam uitam delegerūt, quo minus corpori curando uacare queant, ij quoque seruire ultro dominis, & quidem pessimis, uidetur. Quare his optimam prorsus corporis curam scripsisse, superuacuum sit. Verum si quis planè tum animo, tum uero optio/ne sit liber, huic præcepisse fas, quemadmodum & sanitate plurimum fruatur, & morbis minime tenetur, & cōmodissime citraque molestiam senescat. Quinetiam sanitatis tuendæ methodus, sicut alia planè quælibet ratio uitæ, eiusmodi docendi initium postulat. Siquidē quod simplex inculpatūque est in omni genere, id cæteris omnibus, quæ nec simplicia sunt, nec culpa uacant, ceti regula quædam præponi postulat. Sanè simplex inculpatumque in corporibus quidem est quod optimo est habitus: in uitæ generibus, quod omnino liberū est. Primum igitur hoc libro duo hæc cōiuncta tractemus. De inde cuique uitioso corporis statui uita libera sit adiuncta. Mox optimæ corporis cōstitutioni, singulæ seruilis uitæ species copulenter. Postremo uitiosos corporum habitus cum seruilibus uiuendi generibus maritabimus, siquidē plenus nobis absolutusque sermo futurus est. Quodnam igitur propositæ artis initium ceperimus ad eius tutelam corporis quod & optimæ sit notæ, & tertium ætatis septennium iam ingressum, & cæteris posthabitis omnibus uni corporis cure uacet: Mihi sane uidetur id quod ab Hippocrate traditū est tum in Aphorismis, cum ait: Labor cibū præcedat. tum in popularium morborū sexto uolumine, ubi ita ad uerbum præcipit: Labor, cibus, potio, somnus, uenit: omnia mediocria. Nam & modū ipsum singulorum definiuit, addito ad finem dictionis epitheto, mediocria. & tempus eque signauit ipso sermonis ordine. Quippe sanitatis tutelam à labore est auspicandum, quem excipere debent cibus, potio, deinde somnus, mox uenit, in ijs uidelicet quibus uenire est utendum. Nam reliqua certe omnia cuiusque ætatis sunt communia. Venus ætate tantum florentium est, utique quo tempore etiam eius usus est. Quæ enim hanc uel præcedunt ætates, uel sequuntur, aut planè semen non effundit, aut certe infecundum aut male fecundum effundunt. Verum disceptatio de uenere, in suū locum differatur. A laboribus uero ordiendum: illo ante omnia discussio, an idem sint labor, motus, & exercitatio: an labor & motus idem, aliud uero ab his exercitatio: an motus res diuersæ, labor et exercitatio ne utiquā differant. Ac mihi quidem nō quibus motus exercitatio uidetur, sed tantum si quis uehementior est. Quoniam autē eorum quæ ad aliquid dicuntur, est quod uehementius dicitur: fieri potest ut idem motus alteri sit exercitatio, alteri non sit. Terminus igitur uehementiæ, esto anhelitus alteratio: quādo in quibus nulla sit anhelitus mutatio, hos nondū exercitationes uocamus. Quod si quis maius celeriusue aut crebrius iam ex motu aliquo respirare

respirare cogitur, huic certe tantus motus exerci-
tatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio uo-
catur. Proprie uero à loco græce denominatur,
quem gymnasion ipsi appellant. Is locus est in pu-
blica aliqua urbis regione extructus, quo ungen-
di, fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quip-
piam facturi confluunt. Laboris appellatio idē mi-
hi significare uidetur cū priore significatione no-
minis gymnasiij siue exercitationis, nempe cōmu-
ni illo quod prædiximus: quippe quum & qui so-
diunt, & qui metunt, & qui equitat, non laborent
modo, sed etiam exercitentur, communi saltem e-
xercitationis appellatione. Et de nominibus qui-
dem ita nobis determinatum sit, atq; ad hæc signi-
ficata omnis mihi deinceps sermo inaudiatur. Nec
tamē si quis est qui aliter uti uelit, prohibeo; quan-
do non huc directo nominū usu disputaturus ac-
cessit, sed quemadmodum sanitas custodiri maxi-
me possit. Ad id uero, cum percommodum erat de
exercitatione, labore, omni deniq; motu distingue-
re, nominū significatus definire sum coactus. At-
que exercitationis commoda & si in priore uolu-
mine tradita sunt, non inutile tamen sit hic quoq;
paucis ea denuo repetere; quando ea non solū sco-
pus, sed etiam ueluti iudices sunt omnium que sin-
gillatim, in exercitationis arte geruntur. Fuit au-
tem (arbitror) genere duplicia; hæc quidem ad ex-
crementorum inanitionē, illa ad euexiā, id est † com-
modam corporis habitudinē efficacīa. Nam quo-
niam uehementior motus exercitatio est, necesse
quidem est tria hæc ab ea perfici in corpore exer-
citando, membrorū duritiem ex mutuo ipsorum
attritu, genuini caloris augmentum, & spiritus ci-
tatiorem motum. Sequi uero hæc reliqua omnia
priuatim cōmoda quæ corpus exercitijs accepta
refert. Vtique ex membrorum duritiā, tum ut mi-
nus ex labore afficiatur, tum ad labores robur. Ex
calore, tum deducendorum in corpus ualidum at-
tractū, tum immutationem magis expeditam, tum
nutritionem magis felicem, tum ut singulæ corpo-
ris partes sint (ut ita dicā) persusæ. Cuius affectus
beneficio & solida mollescere, & humida tenuari,
& exiguius corporeæ molis meatus laxiores fieri
accidit. At ex spiritus ualentiore impetu & purga-
ri hos omnes meatus necesse est, & excrementa ex-
pelli. Atqui si exercitatio hæc præstat, haud diffici-
le sanē sit tempus utendæ eius statuisse. Nam quo-
niam digestionem in corpus adiuuat, non debet
cū ministrat, crudi incoctiq; cibi aut succi multi-
tudo uel in uentre uel in uasis contineri, unde pe-
riculum sit ne prius quā per maturā concoctio-
nem utilis sit, in omnes animalis partes rapiatur.
Quoniam uero & exiguius meatus expurgat, &
excrementa expellit: utilius est ante comedēdum
eam adhiberi. Siquidē quæ impura corpora sunt,
atq; ab excrementis parum purgata, hæc quo ma-
gis nutries, magis lædes. Ex his itaq; patere arbi-
tror tum esse ad exercitationem commodissimum
tempus, cum hesternus cibus duplici concoctio-
ne iam prorsus sit confectus; & ea quæ in uentre,

& ea quæ in uasis sanguinis agitur: ac iam denio
cibandi tempus instet. Quod si aut prius aut po-
sterius exercitatione utere; aut crudis hominem
impleueris, aut pallidæ bilis prouentum auxeris.
Sanē huiusce temporis nota, color est urine. Quæ
enim aquæ speciem præfert, crudum adhuc in ue-
nis esse indicat succum eum qui à uentre summit-
titur. Quæ uero rufa biliosaq; est, iam dudum co-
ctum esse huiusmodi succū. Quæ modice pallet,
peractæ modo secundæ concoctionis est signum.
Cum nanq; bili infecta urina nondū est, aquæ spe-
ciem alboremq; præfert. Cum uero plus iusto eius
bilis acceperit, rufa cernitur. Ergo cum mediocri-
ter est rufa, mediocriterue pallens, tum est exerci-
tatio adeunda, sed expulsi prius excrementis que
uel in uesica uel inferiore aluo cōtinentur. Verē
enim nequid ex his in habitum corporis ra-
piatur, correptū uidelicet caloris ui, qui per exer-
citationem accenditur. Ergo si quis posita iam ue-
ste protinus ad ualentiores motus accedat, prius
quā totum corpus molliatur, & excrementa ex-
tenuentur, & exigui carnis meatus laxentur: ti-
mor est solidarum quampiam ruptum aut conuul-
sum iri. Timendum præterea est, ne excrementa
spiritus impetu impulsa prædictos meatus obtur-
rent. Sin sensim prius calefaciēdo & solidas ipsas
præmollieris, & humores tenuaueris, & exiguios
meatus laxaueris, nullum periculum nec rumpen-
di alicuius, nec obstruendi, exercitato impēdebit.
Vt ergo hæc fiant, oportet linteolo totum corpus
mediocriter fricando prius calfacere, mox oleo
fricare. Neque enim protinus accedendum ad pin-
gue cenfeo, ante uidelicet quā cutis incaluerit,
& meatus laxentur, & ut semel dicam, quā præ-
paratum aprūmque corpus sit ad oleum capien-
dum. Ei rei satis omnino sunt pauci manuum
circumactus, qui nullo compressu sint graues, &
modice celeres, huc demum ueluti ad metam dire-
cti, ut corpus citra compressum calefaciant. Siqui-
dem peractis his cernere licebit floridū ruborem
per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue in-
ducendum, & nudis manibus quæ medium inter
molle durumq; modum seruent, in fricandum: qua-
tenus neq; coactum constrictumq; corpus sit, ne-
que ultra quā par est laxum remissumq; fiat, sed
legitimum nature modum seruet. Infricandum ue-
ro primo contrectatu blandius, inde sensim paulo
fortius; eatenus aucta semper ad ualentius frictio-
ne, quoad iam carnem manifeste premat, citra ta-
men læsionem. haudquaquā tamen tam ualida fri-
ctione diu utendum, sed semel aut bis in quaq; par-
te: quandoquidē non eo ad hūc modū fricaf huius
pueri corpus, ut iam duretur, cum id iam ad exer-
citationē producimus: sed potius quō tum prom-
ptitudo ad exercitationis functiones excitet, tum
robur intro reuocet, ac raritas laxitasq; quæ mol-
lem frictionem consecuta est, constringatur ac co-
gatur. Quippe medio temperamento seruari hu-
ius pueri corpus oportet, nec usquam durum mol-
leue effici, nec ubi naturale eius incrementū inhi-
beatur

† al. solidarum
partium

beatur. At procedente tempore, ubi iam adoleuit, tum uero duriore frictione utemur, præterea frigida ab exercitatio lauatione. Verum de his post agendum. In præparatoria uero ante exercendū frictione, quæ huc spectat, ut corpus molliat, mollis dureq; mediam qualitatem dominari oportet, ac pro eiusdē qualitatis ratione quicquid reliquum est exigi. Variæ autē quàm maxime ex manuum insectu circumactūq; frictiones esse debebūt: nec superne modo deorsum, aut inferne sursum adhibite, sed etiam tum in subrectū, tum in obliquum, tum in transuersum, tum in subtransuersum. Voco transuersum, quod recto est contrarium, id græce *ὑπερθετον* appello. Subtransuersum uero, quod paululum ab hoc in utraq; partē declinat, quod *σμερον* dico. Rursus subrectum, quod à recto paululum utroq; uersus recedit. Obliquum, quod recti transuersiq; planē est medium. illud *πρωγιον*, hoc *ωσθον* græce nomino.



Quinetiam *πρωγιον* aut *ωσθον* græce dicere, nullum discrimen faciet, modo ne lateat *ἀντηρ*, *ψωρ* nomē ueteribus usitatus, *πρωγος* recentioribus magis usurpari. [Nos latine frictio, frictu, perfrictione, promiscue legentium uenia utemur.] Variū autem fieri manuum tum insectum, tum circumactum uelim, quod uidelicet uniuersæ quoad fieri potest, musculorū fibræ omni ex parte fricentur. Siquidem eius sententiæ esse, quasi transuersa frictio (quam etiam rotundam aliqui uocant) duret, denset, contrahat, & constringat: recta contrarefaciat, laxet, molliat & resoluat corpora: cuiusdem planē inscitia est, cuius cætera quæ plerisque gymnastarū de frictione traduntur. Nam qui plus de frictionum uirtute afferat quàm quæ Hippocrates in eo libro prodidit, quem *λατ' ἰν' ἡπείρου* inscripsit, nemo planē est. At enim dura frictione ligari corpus, molli solui, multa extenuari, mediocri crassescere. Habent uero se eius uerba ad hūc modum: Frictio uim habet soluendi, ligandi, carnē augendi, minuendi. Nempe dura ligandi, mollis soluendi, multa minuendi, mediocris carnem au-

gendi. Quatuor enim hæ genere differentie, ex quadruplici omnis frictionis tum uirtute, tum usu oriuntur. Quod si medias quocq; harum quæ unā cum his intelligēdas se exhibent, adnumeres, sex in uniuersum differentie existēt. Vnde nam igitur plurimis neotericorum gymnastarum succurrit tam numerosas frictionum differentias proderē, quas uel numero cōprehendere facile non est? Non aliunde certe quàm quod logicæ contemplationis planē expertes, cum proprijs frictionū differentijs externa alienaq; imprudentes nonnunquā confundunt. Interim etiam illa quibus singulæ frictiones peraguntur, adijciunt. Interim tum iustas ipsas inter se frictionum differentias connectunt, tum uero cum his etiam quas ipsi perperam exco-gitarunt. Cum enim dicant frictiones inter se distare, quod aliæ sub dio fiant, aliæ sub tecto, aliæ in admista umbra, rursus aliæ in persolato loco, aliæ in tranquillo, item aliæ in calido, aliæ in frigido, aliæ in sole, aliæ in balneo, aliæ ante balneum, aliæ in palæstra: talemq; catalogum faciunt: sanē non proprias frictionum differentias afferunt, sed ea sine quibus qui fricatur esse non potest, inculcant: quippe quem necesse omnino est in aliquo terrarum loco esse, præterq; locum, uel æstate, uel hyeme, uel aliō anni tempore. Cum uero ita dissidere dicant inter se frictiones, quod aliæ cum copioso oleo, aliæ exiguo fiāt, aut prorsus sine oleo, idq; uel manibus tantum, uel etiam cum pulcre, uel per linteam, atque hoc uel asperum, uel lenē: causarum planē quibus frictio dura mollisue efficitur, enumerationem faciunt. Ex quo nimirum causarum est genere, & quod ipsæ fricantium manus duræ aut molles sint: item ualide premant, blandēue sint admotæ. Tertia species quam afferunt ij qui multas frictionum differentias autumant, inde nascitur, quod omnia iam dicta inter se per coniugationes quasdam copulant. Qui itaque ex his aut externas rerum circumstantias, aut uerarum differentiarum causas inter se copulant, facile deprehenduntur parum recte sentire. qui uero ex proprijs & synceris differentijs coniugationes nectunt, horum non adeo facile deprehenditur error: immo nonnulli sapientiæ quoque laudem retulerunt, Hippocrate ipso plus aliquid inuenisse crediti: quorum est Theon gymnastes, qui rectius quàm Hippocrates sensisse de frictione est uisus. Nam quum is in modo comprehensis uerbis in ea differentia quæ ex qualitate spectatur: mollem & durā: in ea uero quæ ex quantitate, multam & mediocrē collocet: Theon qualitatis quantitatisue minime faciendam mentionem seorsum censet, scribens cum alibi, tum uero in tertio Gymnasticorū hunc in modum: De frictione præcipientes placet quantitates semper cum qualitatibus coaptandas esse. Per se nanque imperfectiores sunt, quàm ut aliquis successus ex ipsis pueniat. quippe mollis frictio pro quātitatē modo triplex opus efficit, pauca em̄ leuiter carnē remittit, ac facile contrectabilē, siue tactu mollem reddit

reddat. multa euaporat, & liquat. mediocris laxa A
et fluida carne implet. Simili modo dura pro quan-
titatis ratione totidē numero effectus reddit. mul-
ta nanq; adhibita contrahit cōstringitq; corpora,
& phlegmonæ per simile quippiam relinquit. me-
diocris implet imminuta, & euidenter circumscri-
pta, expressaq; carne. exigua uero in summa cute
ruborem ad tempus excitat. Nō censet autem de
dura per se & seorsum quicquam gymnastæ preci-
piendum, sed ei quātitatē adiungi debere, si quis
paulo commodior ex artis opere successus sit fu-
turus. Pari modo nec de molli per se & seorsum
quicquam nunc tradendum existimat. Neq; enim
adhiberi usquam posse mollem frīctionem tātum,
& quæ nec multa, nec exigua, nec mediocris sit.
Deinde memorat quæcūq; per coniugationem
in corporibus nostris naturaliter efficiunt: utique
paucā cum molli remittere leuiter, & mollem red-
dere p̄nuncians. ubi aliud planē nihil quā quod
Hippoerates uerbo soluere significauit, alijs uer-
bis interpretatur. Quippe laxare carnem, & mol-
lem reddere, quid aliud est quā soluere quæ col-
ligata & coacta fuerit? Adiecit uero sermoni, leui-
ter, siue quodammodo, non genus actionis immu-
tans, sed quantitatem eius definiens. Mollit enim
cum exigue adhibetur eiusmodi frīctio: quādo qui-
dem si amplius sit adhibita, mollit quidem & tūc,
ceterum largius. Quod ergo nec magnopere, nec
mediocriter, sed exigue remittit, mollitq; corpora
exigua ac mollis frīctio, per uerbum illud leuiter
quod adiecit, declarat: ne hic quidem per hoc sal-
tem ijs quæ Hippocrates præcipit, quicquam tra-
dens magis amplum: æque nec cum medio crem
& mollem addere corpori inquit laxā & fluidam
carnem. Nam quoniā mediocris, idcirco carnem
augebit. quoniā mollis, soluet: hoc est, planē mol-
liet, id quod tātundem est ac laxam & fluidam car-
nem efficere. Erat autem huius officium, sicuti de
his recte præcipit, sic & cū de multa simul & mol-
li disputat, non id modo dicere q̄ halitu digerere
ac liquare potest, sed qualem etiam carnem relin-
quit, apponere. Non em̄ ritu ignis uniuersam sub-
stantiam exhaurit liquatq; sed aliquid omnino re-
linquit. Id igitur quod relictum est, quale nam de-
mum specie sit, adiectum (arbitror) sermoni oportu-
m posito, mollis opus omissum. Quod igitur multa
euaporat, etiam ab Hippocrate prius dictum est.
Verum non absolute de multa Theon sermonem
instituit, sed per coniugationem docendum esse
censuit, utique à prima auspicatus, nempe exi-
gua & molli: post secundam aggressus, mollem
& multam: inde tertiam memorans, mollem scili-
cet & medio crem. Sicuti igitur in prima coniuga-
tione & tertia proprium qualitatis effectum non
dissimulauit, ita nec in secūda suppressisse eum de-
cuit, quin hic quoq; docuisse multā simul & mol-
lem frīctionem non modo euaporare, sed etiam
mollem carnem reddere: nisi forte id quod liqua-
re dixit, pro mollire audiendum est. Atq; ita qui-

dem uerum sit quod dicit. Caterum sic nō modo
Hippocratis doctrinā non accusat, sed multo ma-
xime confirmat. Etenim si mollis frīctio semper
molle tenerumq; corpus reddit, siue ea exigua, si-
ue multa, siue mediocris sit: tum illi ex quantitate
aliquid accedit diuersum: inseparabilis planē à mol-
li frīctione erit molliendi facultas: sicuti à dura cer-
te uis durandi, cogendi, cōstringendi, ligandi, den-
sandi, aut tactu duram reddēdi, aut quomodo cū-
que aliter eandem rem interpretari malis. Quippe
primum & proprium nomen ita affectæ carnis est
duritia, ut eius quæ diuerse afficiūt, mollities: quan-
quam etiam reliquorum quæ dixi nominum quo-
libet uti licet. Et rationem quidem cur tam uarijs
nominibus unā interpretari rem liceat, paulopost
B apponemus. Nunc quoniam controuersa res non
est, causam eius ad præsens saltē differamus. Quod
autem mollem frīctionem necessario consequitur
ut corpora molliat, id planē clarum ex iam dictis
est. Nam si nec qui multa ea, nec qui exigua, nec
qui mediocri usus fuerit, durum unquam corpus
reddiderit: perspicuū est molliendi uim nusquam
ab ea seiungi: sicuti nec à dura colligandi & du-
randi: quippe quum hanc quoq; siue paucam, si-
ue multam, siue medio crem adhibeas, nunquam
quantitatis illius ratione corpus mollias, sed sem-
per duritati plus minusue adijcias: scilicet uberius
perfricās, plus: parcius uero, minus. Quod si pau-
cis omnino durisq; frīctionibus contentus fueris,
duritia quoque proportionē respondebit. Sicuti
C enim qui igni se admouit, semper calefit, siue exi-
guo tempore id facit, siue diu, sed magis qui diu-
tius appropinquat, minus qui breui spatio, minime
uero qui tantum accessit: ita in frīctione quo-
que corpus semper pro ratione afficitur: à molli e-
mollitum: à dura, duratum: non tamen pari sem-
per mensura: sed à pluscula magis: à parciore mi-
nus: à plurima maxime: à minima minime. Theon
ergo quum de molli simul & copiosa frīctione di-
sputans, euaporare, liquareq; eam dixit, siquidem
per liquare uerbum, inanire intelligit: aliud planē
nihil significauerit quā euaporare. quare his idē
dixerit, prætermiserit autem quod necessario fue-
rat addendum, nempe eum affectum qui ex mol-
li frīctione in corpore relinquitur. Sin mollire,
soluere, remittere, aut aliud quippiam eiusmodi
dicere uelit: sic sanē reliquerit quidem nihil: cæ-
terum ea quæ Hippocratis sunt, minus idonea do-
cendi ratione explicasse deprehenditur. Quod ita
que eiusmodi docendi modus deterior sit eo quo
usus Hippocrates est, paulopost ostendam. Quod
uero si liquare pro eo quod est mollire accipit, ni-
hil ijs quæ Hippocrates ante prædixit, amplius
prodidit: planē manifestum est. Nam quum ille
præcipiat mollem soluere, multā extenuare: quis
non facile colligat, qui præsertim mentis sit com-
pos, eam quæ ex molli multāque pariter compo-
sita sit, extenuare simul ac mollire? Verum nō ut
detur ita sensisse Theon: sed quod in primo Gym-
nasticorū unico uerbo extenuare dixit, id in terti-
duobus.

duobus extulit, nempe euaporare, ac liquare. Ha-

bent uero se eius uerba in primo ad huc modum:

Contrariarū uero, mollem quidem, si multa sit, extenuare corpora: si mediocris, carne implere, utiq; delicata & fluida. Aperte em̄ hoc loco mollem simul & multam frictionem extenuare corpora confirmat. Quod autem necesse fuerat non solum multae frictionis proprium effectū, sed etiam mollis tradere: ipse quoq; Theon per ea quae subiecit, ostēdit: in quibus cum de dura praecipit, constringere multam, coarctareq; et phlegmonē simile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita possedit, id copiosius adaucta magis obtinuit. Omīno ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatetur, ita ut ediuerso mollem mediocriter adhibitam, ipsam quoque carne implere, sed ea molli. Accidit uero Theonī quum de molli simul & multa frictione sermonem faceret, nullum [†] mollis effectum prodidisse. rursus quum de multa simul & dura, nullum dure exposuisse. Nam si liquare, inanire, & digere, pro eodem accipit: de multa quidē aliquid dixerit, de molli planē nihil: quemadmodū etiam in eo quod de dura multaq; scribit, duram quidem constringere, ligare, & phlegmonē aliquid persimile facere affirmat, quantitatis uero planē nihil meminisse. tametsi par fuerat de hac quoq; aliquid dixisse. Nam illud cōfessus est, si mediocriter sit adhibita, obesitate facere. Quid igitur efficiet multa si supra mediocrem sit adhibita? prorsus enim aut illius affectū tuebitur, aut alterabit. Sed si quidem seruabit, certe multa frictio supra mediocritatē adhibita nihil plus adijciat. Sin plus aliquid efficiet: aut minuet carnē, aut adijciat. Verum si minuet, extenuabit. Si adijciat, carne implebit. Atqui non adijciat carnem, extenuet ergo necesse est. Verum Theon de hac differentia nihil meminisse, sed omnino subiecit, minime planē definiens extenuetne dura copiose adhibita, an carnē augeat, an seruet eundem quem ex mediocri accepit carnis modū: sed tantum quod constringit coarctatq; & phlegmonē simile quid faciat, confirmans. Conueniebat autem non hoc modo dicere, sed etiam quod emaciat. Apparet ergo Theonem aut Hippocratis artem hoc loco non intellexisse, aut hominem laudare noluisse, qui tam breui sermone omēs nō solum differentias frictionum dixerit, sed etiam uniuscuiusque opus & uires. Nam qui transeunter, ueluti canis Nilum, uerba eius delibat, quatuor eum duntaxat meminisse arbitretur. Verum non ita se res habet: immo alias duas necessario in ijs quas dixit, subauditas insinuauit, in qualitatis differentia, durae mollisq; mediam, quae nimirum mediocris est, in ea uero quae a quantitate accipitur, exiguam: quādo exiguam aliquam necesse est copiosae esse contrariam. Porro antiquae interpretationis formula ita est breuis, ut nō pauca sepe ipsa saltem dictione praeterire uideatur, quae tamen necessario dicta ipsa sequuntur. Quamobrem (arbitror) etiā enarrationes scribimus, quae ueluti pra-

eant ijs qui parum exercitati antiquae dictionis ce-
leritatem assequi non ualent: ueluti in hoc ipso lo-
co facimus. Si namq; dura ligandi, mollis soluendi
uim habet: quae supra modū soluta corpora sunt,
ea duriter planē fricanda sunt, contra quae constri-
cta sunt, molliter. [quae modice se habet, nec molli-
ter] nec duriter, sed, quatenus fieri potest, utro-
que declinato extremo. Egregitus uero uidelicet
Theon primū in eo fallitur, quod nec; mediocris
qualitate frictionis uires tradidit, neque usum: sed
semper ita praerit, tanquam nulla sit. Verum de
hoc paulo post agemus. Sicuti uero in ijs differen-
tijs quae in qualitate spectantur, non solum dura
mollisq; consistunt, sed etiam media: ita & in ijs
quae ex quantitate ducuntur, non solum multa &
pauca, sed etiam media noscitur. Cur igitur in ijs
quae ex qualitate trahuntur, mediam omisit Hip-
pocrates: in ijs quae ex quantitate, exiguā? Temere
id fecisse uideri fortasse cuiuspiam potest: oportet
enim in ijs quae cōpendio tradantur, summis in-
ter se cōtrarijs res definire: quod horum medium
sit atq; mediocre, trāsire: utpote quod ex summis
ipsis ultro sit noscendum. Ipse igitur tum hoc do-
cere, tum senis sententiā clariorem reddere cona-
bor, rem planē hoc loco non necessariā, cum quae
stiones id genus in enarratorijs libris soluere soleā.
Sed quoniam semel huc descendī, ut pro Hippo-
crate imperitis istis respondeam, in quibus ipsi fal-
si recte praecipientem calumniantur: non pigebit
hoc quoq; adieci. Cum igitur duo sint toto ge-
nere inter se diuersa atq; diuisa: si modo id quod
facit, ab eo quod fit, genere dispescitur: frictiones
quidem ex eorū numero sunt quae faciunt; qui ue-
ro ab his in corpore relinquuntur affectus, ex ijs
quae fiunt. Quare contrarietates quoq; alias in fri-
ctionum genere, alias in affectuum qui ab his pro-
ueniunt, necesse est statui. In frictionū genere tum
duram & mollem, tum multam & paucam. In affe-
ctibus uero & eam quae ueluti colligatio & solutio
corporum est, & gracilitatē ac crassitudinem. Ac
prior quidē affectuū contrarietas ex priore frictio-
num cōtrarietate nascitur: secunda non item. Eue-
nit enim in hac, ut gracilitas proueniat ex multa,
carnis incrementū ex mediocri. quippe pauca au-
gēdaē carni nondū sufficit: quod uidelicet id quod
carnis incrementū accipiet, & sanguinis modera-
to accessu, & ualida uirtute eget. Quorum utrum-
que mediocris frictio cōmode praestat: pauca neu-
trum, nec abunde, nec satis. Quoniam igitur non
in idem coibāt frictionum affectionumq; contra-
rietates: coegit uero eum cōpendiaria docendi ra-
tio per contrarietates positas sermonem absolue-
re: utiliore cōtrarietate accepta, minus utilem con-
sulto omisit. Porro utilior ea est quae in affectibus,
quā quae in frictionibus spectatur. Idq; duplici ra-
tione asseritur, una quae ab artis fine sumit. (quip-
pe frictiones ad corporis affectum ceu finem diri-
guntur. finis enim ijs quae pra se, semper est pra-
stantior: quanto nimirū id cuius gratia, ijs quae ip-
sius gratia sunt.) Altera quae a claritatis ratione
accipitur

† A. l. s. r. πολ-
λὴς. id est,
multae.

accipitur, intellectus namque multæ & mediocris effectibus, facillimè est exiguæ opus contueri. Nò perinde tamen mediocris frictionis perspicua uis est. Quinetiam tertium hoc ipso de frictionibus sermone bellissime docuisse Hippocratem inuenias. Præcedere namque eorum doctrinam oportet quæ liquido peragitur cernuntur, sequi uero eorum quæ minus liquido & obscure: idque siue de his expressis uerbis scripseris, siue lectoris ea intelligenda relinquantur. Est uero euidens atque in aperto mediocris frictionis opus, ipsum scilicet carnis incrementum: obscurum uero paucæ: quippe quæ nec auget, nec minuit carnem, nec omnino euidens aliquid uidetur efficere, nisi quæ parum calfacit, at id omnis frictionis commune opus est. Quare cum neque euidens aliquid efficit, & quod facere uidetur, proprium eius non est, sed omnis frictionis commune: non sine causa est (ut arbitror) ommissa. Quod igitur omnis frictionis calorem accendere commune opus sit, non satis quod ab Hippocrate prodatur, dignum præceptum est. Quid uero quæque frictionis proprium efficiat: id ut Hippocrati necesse tradere, ita nobis certe utile erat discere. Reductis enim ueluti in elementa simplicibus differentijs, uniuersam frictionum rationem absoluit, quæ admodum carnem adiciat, quæ admodum detrahas, quemadmodum corpus molliat, quemadmodum cōstringas. Cum his una protinus se promittunt media earum opera, tum ea quæ per coniugationem faciunt. Media, cum neque ligare corpus, nec soluere, nec carnem augere, nec minuire studemus. Quæ per coniugationem, cum uerbi gratia pariter colligare, & carnem addere. Quis enim non uideat, cum duram carnem adicere corpori uolumus, frictionem duram unam cum mediocri modo esse petendam: ueluti cum mollem addere studemus, frictionem mollem & quantitate mediocrem adhibendam, & per alias coniugationes ad portionem? Quas nonnulli gymnastarum tanquam sua ipsorum inuenta tradentes, dum Hippocratem accusant, ipsi uehementer delinquant: & quæ eum qui de his primū præcepit, merita laude fraudant: & quod cum eius inuenta sibi tribuant, etiam (quod atrocius multo est) calūniari hominem non dubitant. Accedit quod nec simplices differentias apte inter se alternant. Decuerat enim (arbitror) eum qui recte ad particulares cōplexiones descendere uoluit: nec uniuersas senario numero cōprehendere, ueluti Theon facit: nec aliquid eorum proprium uel quantitatis uel qualitatis opus omittere: quemadmodum in mollis simul & multæ, opus mollis: in duræ simul & multæ, effectum multæ prætermisisse eum ostendimus: sed has quoque adieciisse, & particulares cōiugationes nouem fecisse. Quippe tres quæ à qualitate frictionum sumuntur differentie, si eas tribus quæ à quantitate ducuntur, iunxeris: nouem coniugationes effeceris: sex quæ à Theone sunt positæ in ijs quæ paulo supra memorauimus uerbis, & tres quæ ab eo sunt prætermisæ dum mediam mollis duræque omisit: quanquam ne intelligere quidem neque mollem frictionem neque du-

ram fas est ut non simul intelligatur & mediocris: Cui si tres quantitatis differentias iunxeris, non sex. Eas ipse nunc in descriptione exponam, in qua duorum uersuum qui superne decorum pinguntur, priorem, qualitatum intelligi uolo: secundum, quantitatum.

Dura	{	Pauca
		Multa
		Mediocris.
Mollis	{	Pauca
		Multa
		Mediocris.
Mediocris	{	Pauca
		Multa
		Mediocris.

Nouem harum quas descriptio cōplectitur coniugationum, cum Theon sex primas tradidisset, reliquarum trium certe non meminit, ipse secū manifestissime pugnās. Si enim exiguæ ac multæ media quædam est, quam mediocrem uocamus: etiam mollis duræque altera certe media erit, quam medicrem moderatamque apelles. Sanè meminisse per omnem sermonem conuenit, hæc omnia in respectu collationeque dici: quando quæ huic dura est, alteri pro molli sit. & quæ mediocris, immodica, & quæ pauca, multa, & quæ alij multa est, aliter quodammodo affecto sit pauca. Hoc uero & Theon fatetur. Nec fieri sanè potest ut qui medicrem in quantitate frictionem præterit, non longe aberret. Ac mihi quidem uidetur Theon inde adeo in hunc errorem lapsus, quod Hippocrates de ea frictione subticuit: adeo ut hinc deprehendatur nihil proprium & suum de frictione Theon protulisse, sed perperam Hippocratis inuenta tractasse. Non enim à pueris statim orsus, & sub præcepto re, senis scripta perlegit: cum fateatur ipse primum athleta fuisse, deinde hoc exercitio deposito ad Gymnasticen se contulisse. Atque hæc mediūsi diu non quod hominem uituperem apposui, quem alioqui inter primos gymnastas censeo, sed quo ista lecturos doceam haud facile esse ueterum libros intelligentia cōsequi, si desint qui ea curiose enarrent. Nam quod ex prisca breuitatis dignitate fuerit duræ mollisque frictionis mediam silentio præterire, id ante à nobis iam dictum est. Quod autem talia à nobis præteriri non debeant: id quoque & ostensum prius est, & nunc nihil secius ostendetur. Si enim tam mollis frictionis quam dura in respectu collocationeque non solum subsistentiam, sed etiam intelligentiam sui habet: etiam medicrem in simili respectu collationeque constitui necesse est. Finge ergo tale esse corpus, quale propositi nobis in hoc libro pueri esse præsumpsimus, sanum prorsus, & omnis excessus mediū, ita ut neque molliorem hunc effectum uelimus, neque duriorum, sed nec carnis eius modo adiectum quicquam, detrahatur. Num igitur ita se habenti corpori, aut duram, aut mollē frictionem admovebimus, aut etiam multā, aut medicrem? Ego planè quālibet harum

Tom. 2

1

inutilem

Alias.
 οὐτε πολ-
 λὰς, ὅτε δ-
 λιώσας, ἀλ-
 λὰ μέτριας
 ἀναπείθε-
 σιν τριψο-
 μεν. id est,
 neque multis,
 neque paucis,
 sed mediocri-
 bus frictioni-
 bus infricabi-
 mus.

inutilem cenſeo: quippe cū à dura durius, à molli
 mollius, à multa gracilius, à mediocri craſſius red-
 detur: quorū nullo ei eſt opus, imò priſtinā potius
 mediocritatem ad unguē ſeruari. Quare neq; dur-
 riter id, neq; molliter, ⁊ neq; multis frictionibus,
 neq; quantitate medicribus, ſed [paucis, & qua-
 litate] medicribus infricabimus: ⁊ nihil ultra mo-
 liti q̄: ut ad exercitandum præparemus: ac rursus
 cum iam ſatis exercitatum ſit, apotheraπia cure-
 mus. Vocetur autem nobis, ſicuti recentioribus
 gymnaftrarum, apotheraπia, ea frictionum portio
 quæ poſt exercitationē adhibetur. Sanè Theon
 nullam ex ijs quas protulit cōiugationibus, eiuf-
 modi corporis nature accōmodare poteſt: cū ſex
 in uniuerſum nominari: priores tres, mollis: reli-
 quas, duræ: & neq; mollium cuiusq; eiufmodi cor-
 pus egeat, neq; durarū, ſed eius quæ harū media
 ſit, quam ſcilicet medicrē in qualitate dixiſſe par-
 eſt. Liquidōq; patere iam arbitror quantopere la-
 pfus Theon ſit mediā duræ mollisq; præteritēs.
 Siquidem ad optimum ſtarū corporis nullam ha-
 rum quas protulit coniugationum, accōmodare
 fas eſt, nec cum integra planè ualetudine corpus
 fruitur, nec etiam ſicubi corrigi poſſulat. Quippe
 ubi planè ualet, ſola præparatoria frictione eget:
 quam exiguam, ac mollis duræq; mediā eſſe oſ-
 tendimus. Vbi iuſto gracilius craſſiusue effectū
 eſt, non tamē in qualitate alterata caro quicq; eſt,
 ſed planè mollis ac duræ medium modum ſeruat.
 Siquidem emaciare ſtudemus, & multam, & quali-
 tate medicrem adhibebimus. ſin reficere, tū qua-
 litatis, tum quantitatis ratione medicrem. Has
 tres coniugationes ultimo loco poſt ſex in deſcri-
 ptione expoſui, hoc cōſilio, ut omnes eas à Theo-
 ne prætermiſſas indicarem. Quoniam igitur non
 ſolum prætermiſſas ab eo, ſed etiam utiliſſimas e-
 aſdem prætermiſſas diſputatio noſtra docuit, dein-
 cept tempeſtiuū arbitror ad ea quæ paulo ante di-
 ſtuliſimus, reuertī: ac primū illud, quod doctrina ea
 quæ per rerū elemēta tradiť, ceteris ſit utilior: quip-
 pe quæ & ſub cōpendium rem omnem cogit, &
 memoriæ affigit, & remiſcentiæ facile ſuggerit,
 ac omniū quæ ſingulatim agent, rectū uſum prom-
 pte ſuppeditat, ceu & pauca & certa elementa re-
 ferens. Quis em̄ non facile membratim frictionū
 differentiās, uſum, ac uires inueniat, ſi ſemel intel-
 lecta ſenis ſentētia, poſtea diſtinctionē eius memori-
 ter teneat, qua uidelicet docet conſtringere quidē
 frictionem duram, ſoluere mollem, corpus adime-
 re multam, augere medicrē poſſe? Ex horū nan-
 que notitia ac memoria, primū ſanè quæ omiſſe in
 uerborum cōtextu ſunt differentiās inuenias: mox
 omnibus inter ſe cōplicitis, nouem cōiugationes
 efficias, quas paulo ſupra deſcriptiōe ſumus com-
 plexi. quas neq; inueniſſe neq; memoria tenuiſſe
 promptum ſit, niſi quam Hippocrates tradiť, e-
 lementaris doctrina præceſſerit, omniū frictionū
 ratione in prima principia reduťta. Ex q̄bus pror-
 ſus inuentis, nō ea modo quæ nunc ſunt inuenta,
 nobis ſuppeterēt, ſed etiā omnem corruptā doctri-

A nam iudicandi facultas ſuper-eſſet. Quippe id me-
 thodi, id eſt (ſicut ueteres interpretant) uig et ratio
 nis propriū maxime eſt, ut ex paruo elementari
 principio ad ſingula membratim puenire poſſis:
 tū quicquid perperā eſt dictū, ſcientificis id theo-
 rematis ueluti regula quapiā examinans iudices.
 Quod igitur neq; alius quicq; recte de frictione ſen-
 ſit, neq; Theon ipſe gymnafteſ, tamenſi eruditius
 ceteris de ea locutus, ſed Hippocrates, & qui cū
 ſunt ſecuti: ſatis hæc ſunto. Super-eſt ex ijs quæ ad
 hūc locum diſtuliſimus, ut de nominibus ipſis diſſe-
 ramus, nequis eorum numero deceptus, pares nu-
 mero affectus cum ipſis appellatiōibus exiſtimet.
 Duri enim uocabulum de quadam corporis affe-
 ctione proprie dicitur, quā nec interpretari quidē
 quale ſit, pluribus eſt opus, nemine uel ex uoce
 ipſa non ad rei notitiā perducto. Ad eundem mo-
 dum & mollis uocabulū. At rari & denſi uocabu-
 la non perinde euidenter ipſos corporis affectus
 ſignificant, propterea q̄ duplex eorum nominum
 uſus obſeruatur. Alter eorum qui proprie loquun-
 tur, alter abutentium. Ac proprie quidem rarum
 accipimus quod meatus quos Græci πύξες uocāt,
 magnos per totū obtinet: ſicuti ediuerſo denſum
 quod eoſdem paruos. At per metaphorā, ſiue ab-
 uſum, ſiue quocunq; alio genere appellatū libet,
 de laxo coactōq; hæc ipſa uocabula dici audias.
 hac enim ratione & aerem & ignem aliquando ra-
 ros dicimus, aquam & terram denſas, ſcilicet ad
 C elementa ipſa translatis appellatiōibus, quæ ta-
 men & unita ſunt, & ex ſimilaribus natura parti-
 bus conſtant, nec ullos eiufmodi meatus obtinēt.
 Multo his lōgius à proprietate receſſerūt illa quæ
 per metaphoram ambo ſunt dicta, nempe conſtri-
 ctum, & colligatū. Illud de denſo & duro, modo
 utroq; ſcorſum, modo in eodem ambobus reper-
 tis: hoc rursus de iſdem dicimus, non tamen ea-
 dem metaphora. nam quoniā omnia quæ colliga-
 ta ſunt, eadem ad motum impedita ſunt, ita nimi-
 rum nominarūt & quæ ob ſiccitatē, frigis, phleg-
 monem, ſcitrhū, tenſionem, repletionē, aut pon-
 dus, ægre mouent. Eandē ob cauſam & cōtrarijs
 horū nominibus in cōtrarijs affectibus utūtur, re-
 mitti, aut reſolui, aut laxari dicentes. Oportet autē
 non nominū inſpicere numerum, ſed affectuum
 D genera duplicia in totum eſſe exiſtimare. Alterum
 quod in ſimilaribus ipſis obſeruat, de quo molle
 durum uel dicitur. Alterū quod in instrumentalibus
 meatuum ratione conſiſtit, quod denſum eſſe
 uel rarum dicitur. hi nanq; corporum ipſorū pro-
 prii affectus ſunt. accerſiti uero, & (ut ita dicam)
 temporarij: q̄ aliās meatus ipſi ſuperuacuo humo-
 re implentur, aliās ſunt mundi: & modo patentes,
 modo cōnuentes. Verum de his affectibus in ſe-
 quentibus libris agemus. Nunc ad propoſitū re-
 deundum. ac primū clari⁹ adhuc de frictione ipſa
 diſſerendum: nempe q̄ hæc ipſa interdum per ſe
 corporibus noſtris cōmodum aſſert: interdum ijs
 quæ cōmodum aſſerūt, ad eum ſanè modum ſub-
 miniſtrat, quē Hippocrates de deligādo tradiť,
 his

his uerbis: Deligatio partim ipsa sanat, partim sanantibus subseruit. Ipsi igitur frictiois effectus sunt & q̄ rara densat, & mollia durat: dura uero hæc esse omnino postulat. præterea q̄ dura molli, & densa laxat: hæc cōtra mollis sit oportet. Pari modo & quæ carnis augēdæ minuēdæ uel causa suscepta est, utraq̄ p se utile aliqd corpori cōfert. Quæ tamen ad exercendū corpora præparat, item quæ post exercitacionē adhibetur, hæc exercitacionibus subseruiunt. Illa modice calfaciēdo tenues meatus recludens, & simul excrementa quæ caro continet fluxilia reddens, & solidas emolliens: appellant autem hi huiusmodi frictionem, præparatoriam. Altera *ἐξερμητιστική* Græce dicitur, latine recursoriam ad uerbum appelles: hæc cum pluscūlo oleo administrata, simul pinguetudine humectat, et solidas emollit, & quæ in halitus meatibus cōtinentur, euaporat. Verum de hac post dicemus, cum de exercitacione egerimus. Sed præparatoria frictio in optimi status natura calfaciendi corporis causa suscepta, prout supra traditū est, fiat mollis primū, mox uero exercitacionē aggressuro dura: ita nanq̄ maxime & molli re poterit, & ad exercitaciones excitare, & corporis naturā qualem ab initio accepit, seruare. Quod si quid aberratum sit, ad durū id potius spectet. Nam qui breues à modo recessus sunt, ij cute tenus finient, nullo interiorū alterato. Minus uero lædēt ipsa cutis si ad durū simul & densū recessus à modo sint propensi: quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet. Adeo si transpiratio per huiusmodi cutim facilis esset, densissimā eam durissimāq̄ efficeremus. Nūc quoniā ad utrūq̄ munus probe esse cōparatam oportet, & excrementa quæ intus condunt, per halitum emittenda, & foris propinquantium uiolentiā tolerandā: utilissimus sane fuerit medius inter utrūq̄ excessum modus. Qui si aliquādo fortasse nō seruabit, melior utiq̄ fuerit q̄ ad durius densiusq̄ pertinebit, q̄ qui ad mollius laxiusq̄. Nam transpirandi defectū exercitacio sarcire licebit. alterius uero affectus uitū, quod est ad exteriorū iniuriā opportunitas, neq̄ alias corrigi facile potest, assertq̄ præterea cōiunctum in cōmodum nō paruum, euaporato subinde nō excremento modo, uel rumetia ipsius corporis nutrimēto. Ergo in ijs differentijs quæ à qualitate sumunt, aberrare satius est uersus eā quæ durior est, q̄ eam quæ mollior. In ijs quæ à quātitate ducunt, in proposita saltem natura & ætate siquid delinquitur, uersus id quod minus est, id esto. Semper em̄ eius in præfenti disputatione meminisse oportet, augendi eiusmodi corpus, haudquaq̄ siccandi studium esse propositum. Quas uero corporū naturas, et quomodo affectas amplius fricandū sit, postea dicemus. Nunc ad propositam materiam reuersi, de mensura ipsa frictionum agamus ad eundē modum quo paulo ante de qualitate egimus. Cōuenit aut̄ hoc loco ut prius q̄ mensurā definio, alterius cuiusdam æstimandi mentionem faciam, sine cuius notitia mensurā ipsam nec definiuisse recte licet, nec nouisse.

Galen.

A Est uero quod æstimandū censeo, aeris qui fricandum corpus continebit, temperies: quam utiq̄ in re ipsa monstrare licet: explicare oratiōe aperte ita ut interpretatiōis euidentia nihil desit planē non licet, sed est prorsus inexplicabilis. Verum si nō adeo multū orationi de rei euidentia desit, abunde fuerit. Præcedit uero hanc & alia quædā confideratio: nempe quo anni tempore, & in quonam orbis loco exercitandum statuemus. Duo enim hæctenus de eo tantū definita sunt, corporis status, & ætas. Vbinam autem aut altus hæctenus fuerit, aut exercitandus nunc sit, aut quo anni diei uel tempore, nihil sanē cōstitutum est: quanquam pro harum certe cuiusq̄ ratio, mediocritas frictionis est uariāda. Ergo ad ea quæ hæctenus statuta sunt, hæc quoq̄ definienda sunt, utique potestate inter initia operis iam tradita, non tamen interpretatiōnis luce clare explicata. Dicēs enim ueluti regulam quandam omnium quæ post dicēda erant, positurum me hominem eo corporis statu quo queri non possit: obiter nimirum etiam regionem hominis potestate definiui: cum nec optimo temperamento, nec irreprehensibili omnino membrorum modulo corpus ullum in ijs regionibus quæ à temperamenti modo recesserunt, gigni possit: sicutum ratio docet, tum experientia commonstrat. Quippe sicci, graciles, & ueluti torrefacti in æstu olis tractibus homines fiunt. Rursus frigidioris plagæ incolæ, inæquali temperamento uiuantur, ut quibus exteriora frigeant: interiora atq̄ in his uiscera, immodice caleāt. Sanē optimum corpus, de quo nūc sermo proponitur, ueluti Polycleti regula est: cui in nostro situ, utpote probe temperato non pauca similia uideas. Apud Gallos uero, Scythas, Aegyptios, Arabas, ne per somniū quidem tale usquam est uidisse. Nostræ autem regionis, quæ in latitudinem non paruam extēditur, id quod in medio habetur, optime sanē temperatum est: cuiusmodi patria Hippocratis est. Etenim eaturum hyeme tum æstate mediocrem temperiem exhibet: uere autem & autumnus multo magis. Eiusmodi igitur locum cum corpori propositio dederis: anni quoq̄ tempus ueris mediū ipsum dabis. Esto uero & diei in qua nobis exercitandus primum est, maxime, quoad fieri potest, ipse meridies: quo uidelicet naturalis temperamenti eius uis ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit ratio, ut ne domus quidē in qua exercitandus est, ipso præsertim die calidior frigidior uel sit q̄ publicus totius urbis aer. At æstate atq̄ hyeme talis uel arte præparandus est: nempe hyeme calidior, æstate frigidior: quod uidelicet exacta temperie corpus frictionis tempore fruatur: quando si iusto calidior frigidior uel domus fuerit, in calidiore illico sudabit, in frigidiorē neq̄ calefiet prorsus, nec mollietur unquam, nec floridum ruborem ostēdet, nec in tumorem attolletur. Sunt nanq̄ duo hæc, rubor & tumor, in aeris temperie, & corporis statu temperato, mediæ frictionis notæ. Veluti enim si calidam infundas, primum quidem corpus intus

Tom. 2

1 2

mescit

mescit: si largius infundas, decūbit, (idcoq; & Hip-
pocrates de his aiebat: Primū quidem attollitur,
deinde fit gracile.) ita frictio quoque attollit qui-
dem primum, postea contrahit, ac molem depo-
nit. Iis ergo qui carnis augendæ causa fricantur,
tunc plane finienda frictio est, cum corpus & in-
tumuit, & ad summum fere tumorem peruenit.
Qui autem ad exercitandum iam preparantur: ijs
minime id tempus operiendum, sed longe prius de-
sistendum à frictione est, potissimum cum optimi
temperamenti sunt, & ætate adhuc pueri. horum
namq; tum humidum corpus est, tum tenerum, ac
paucis frictionibus mollescens. Præparatoriæ ue-
ro frictionis meta finisq; est, ut solidæ partes mol-
liantur, humida soluantur, & corporis exigui mea-
tus laxentur. Quis uero frictionum esse debeat nu-
merus, definire sanè oratione non est: ceterum qui
his præficitur harū rerum peritus, hic primo qui-
dem die minus exacta exquisitaq; coniectura ute-
tur: sequenti uero die, ubi iam experientiam ali-
quam adoleſcētis est adeptus, magis exactam cer-
tamq; habebit. Quinetiam de exercitatione ipsa
primo certe die mensurā ad unguem definire non
potest: sequentibus deinceps omnino potest. Sun-
to igitur hic quoq; notæ: Primo quidem die cum
adhortanti incitantq; ad exercendum, non perin-
de obsequitur, sed segniores, & minus tū frequen-
tes, tum decentes, ac (ut semel dicam) minus ua-
lentes tum colluctatoris sui apprehensus, tum mo-
tus obit. Porro expedit neq; paulo animosiores
esse qui exercitatur, ut lassus iam uiribus etiam ex-
ercitari aueat: neq; ignauū, q̄ integris adhuc uiri-
bus laborē tamen detrectet. Est uero profecto ta-
lis non corpore modo, sed etiam animo, quē nūc
educandum suscepimus: quandoquidem quibus
frigidus succus in uentre, aut in toto corporis ha-
bitu collectus est, ij segniores ad motionem sunt.
Pari modo & qui plethorici, id est, qui succis æ-
quabiliter se habētibus nimium abundant, & quos
recens frigus afflixit, ij & ignaui sunt, & ad mo-
uendum pigri. Iam his etiam magis ita sunt affe-
cti quicunq; natura frigidiores sunt: sicuti etiā his
ipsis lōge magis, quorū frigiditati etiā humor est
adiunctus, hi namq; quātītatis exercitādi notas cor-
rumpunt. Sicuti ediuerso qui calidiori tēperamēto
sunt, siue id proprię naturæ spōte eueniat, siue ab
acceso quopiam affectu: hi & animosi sunt, & cer-
taminis auidi, & ad actionē plus q̄ expedit prom-
pti. At quibus nec corpus calidius frigidiusue est,
nec animus omnino iacēs ac demissus, aut cōten-
tiosis glorię ue precupidus, et ad actionē præceps:
ijs modi exercitationū indicia integra manent, ille
scilicet seruante et primo statim die, et multo magis p-
cedēte tēpore. Si em̄ qd̄ inter initia suffugit: id ex-
perientia ipsa edoctū, ad exactā notitiā perueniet.
Non aliter & cibi modus ad certā coniecturā per-
ducitur: qui tamen ab initio definiri nullo pacto
potest. uerum quotidiana experientia, cum recor-
datione quantitatē tum cibi, tum exercitationū,
eo etiam qui huic præficitur, nihil non solcite ob-

A seruante, sed semper ut tantum ciborum post tan-
tam exercitationem concoxit, recordante, prope-
modum ad exactā scientiā intellectū tempore per-
ducit. Hæc igitur omnia etiā deficiētibus ab opti-
mo statibus cōmunia sunt: de quibus agere non-
dum statuimus. Ceterū optima natura, quæ hic no-
bis est proposita, mensuras omniū manifestas ob-
tinet: ut quæ nec animi moribus, nec corporis in-
temperie, dictorum quicquam obturbet immutet-
ue, sed frictiois, exercitationis, ciborum, ac som-
ni mensuras aperte indicet, ac tum primum quod
libet horum respuat, cum eius ultra non egeat.
Quare fuerit hoc quoq; ei qui tali corpori præfici-
tur, nō minimus modi index: dico aut ipsam ad sin-
gula quæ agi debent, alacritatē: ceu materia ipsa in
optimo corporis statu modū sibi met præscriben-
te. Etenim qui optima natura sunt, & iam ad exer-
citationem frictione præparant: tum demū ad ex-
ercitandum prodibūt, cum toto iam corpore abun-
de emolliti excalfactiq; sunt. Exercitando quoq;
tum primum grauati mouebūtur, cum satis ex-
ercitati iā fuerint. Iam à cibo & potu tū primū ab-
stinent, cum satis se impleuerint. Quare nullus in
hoc homine metus est nequando aut iusto plus la-
boret, aut iusto plus cibis se ingurgitet, si naturæ
suz impetus sequatur. quo fit, ut neq; prorsus pe-
ritissimum sibi præfici is possit, sicuti omnes de
quibus postea sermo erit, deterioris notæ homi-
nes. quippe sanū corpus ipsum sibi ipsi omnia in-
uenit proprio naturæ suæ impetu directum: maxi-
me si in ijs quæ ad animū pertinent, recte sit educa-
tum. Nam multi in malis moribus à pueris educa-
ti, in desidia & intēperantia uiuentes, bonitatē na-
turæ corrumpunt: sicuti contra nōnulli uitiosam
corporis naturā sortiti, temperantia uitæ & appo-
sitis exercitijs naturæ uitia mutarūt in melius. Sed
de horum quidem [siue exercitationibus] siue eti-
am operibus sequens liber totus componitur. De
ijs qui optimo corporis statu sunt, & qui sanitatis
tutori auscultabunt, in hoc libro agere statuimus.
Ac præcedens quidem de his sermo, ad exercita-
tionum mensurā usq; est progressus. Superest er-
go ut de generibus eius differamus. Genera exer-
citationū uoco luctam, pancration, pugillatū, cur-
sum, & alia id genus: quorū alia tantū exercitatio-
nes sunt, alia non exercitationes solum, sed etiam
opera. Exercitationes sunt tum hæc ipsa quæ di-
cta modo sunt, tū præter hæc quæ Græce dicuntur
ῥο πυλίζδν, ῥο εκπλῆγιζδν, ῥο σκυομαχείν, ῥο ἀερο-
χαρίζδναι. Atq; hæc mox descriptione exponēt.
Præterea saltus, disci iactus, tum corico, folle, pi-
la uel parua uel magna, & per alteres corpus fati-
gare. Exercitia simul & opera sunt cū sodir quis,
cum remigat, cum arat, cum uites putat, cū onus
gestat, cum metit, cum equitat, cum armatus pu-
gnat, cum iter facit, cum uenatur, cum piscatur,
cum alia quæcunq; homines uel opifices uel non
opifices in uita usus causa exercent, facit, seu do-
mos edificet, seu naues, seu ferrariā arariam ue fa-
ciant, seu aratra pangant, seu tale aliquid pacis
belliue

belli ue instrumentum fabricent. Horum autem ple-
risque est quando ueluti pro exercitatione tantum
utere. Quippe triplex in uniuersum ipsorum usus
est, cum interim operis tantum causa usurpentur:
interim meditationis, sed quæ ad usum futuri sit ope-
ris; interim pro exercitatioe tantum. Quippe ipse a-
liquando hyeme deprehensus in agro, tum ligna finde-
re, tum hordeum in pila cõtundere ac deglubere
exercendi corporis causa sum coactus. quæ nimi-
rum agrestes quotidie pro opere faciebant. De ho-
rum igitur ceu operum usu, in sequentibus; ceu ex-
ercitorum, nunc tractabimus. Nullum namque id ge-
nus exercitium aut perpetuum diem obitur, aut
alio tempore quæ ante cibum. Seruari uero tum mo-
dum exercitatioem in his oportet, tum uocatam
apotherapiam. Quod si etiã idonea frictioe usus,
ad ea quis accedet, iam omnes exercitatiois nu-
meros impleuerit, de his igitur omnibus scientem
esse conuenit eum qui sanitatis tuendæ officio u-
tetur, quem *ϕυσικὸν* Græce uocant. Licet enim eum
(ut ante dictum est) aut sic Græce, aut gymnasten,
aut medicum uoces: prima tamen appellatio ma-
xime propria est, reliquæ per abusum. Nam si ar-
tifex quisque ab arte quam tractat, deflexus sortitur
nomen; patet eum qui *ϕυσικὸν*, id est, sanitatem tuen-
dam proficitur, merito *ϕυσικὸν* appellandum: ita
nimis, ut qui *γυμναστικός*, id est exercitatioi tan-
tum præest, gymnasten; & qui morbis medetur, me-
dicum. Quod si quis hunc ipsum uel gymnastem uel
medicum pro *ϕυσικὸν* appellasse uolet: tum a parte to-
tum, tum uero nec proprie nominabit, sed abusi-
ue, uel ambigue, uel quocumque aliter dixisse uelis,
appellationem faciet. Huius rei causa est, quod cum una
sit ars quæ corpori tuendo præsideat: unicuique ei pro-
prium nomen non est. De quibus omnibus uberius
singulari libro egimus, quæ Thrasylbulus inscripsi-
mus. Ac genera quidem exercitatioem sunt ea quæ
diximus: qualitas uero, seu differentia (nam & hæc
quoque utroque modo appellare licet) uelocitas, tar-
ditasque mouendi sunt; præterea quod aliud robustum, a-
liud (ut ita dicam) imbecillum est: ad hæc, uehemē-
tia, & leuitas. Utendi uero rationes omnium prædi-
ctorum generum unã cum differentiis propriis huius-
modi sunt. Nam aut perpetuus motus est, aut inter-
ciscus. & si perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis.
Sin interciscus, aut certo ordine, aut citra ordinem.
He igitur utendi rationes ab ipso negotio capiuntur.
Quæ uero ab ijs quæ extrinsecus sunt posita, dictu-
tur, eiusmodi sunt, quod aut sub dio exercitatio fit,
aut sub tecto, aut in mista umbra, quã *σποδωμυρῶν*
Græci uocant. Item quod aut calens locus est, aut frigi-
dus, aut media temperie. Præterea aut planè siccus
aut humidus, aut medio modo attemperatus. Simi-
liter ille quoque utendarum exercitatioem rationes
quædam sunt, quod cum puluere exiguo multo ue usur-
pentur, item quod cum oleo exiguo multo ue, aut eti-
am sine utroque administrantur. Quoniam ergo
enumerata à nobis uniuersa sunt quorum peritum
esse oportet qui sanitatem tuendam proficitur, ad
plena nunc exercitatioem genera non intempesti

Galen.

A ueredibimus. Ac primum docebimus tum quid
omnibus sit comune, tum quid singulis proprium:
hinc frictiois ipsius tempora definiemus. Ergo om-
nis exercitatiois commune illud est, quod animi
mali ipsi ex ipso caloris argumentum excitat. Quip-
pe calefiunt corpora nostra & balneis, & calidarum
aquarum lauacris, & cum per calidiores tempesta-
tes insolamur, & cum igni fouemur, & cum cali-
dis medicamentis perfricamur. Cæterum ab ex-
terno est omnis eiusmodi calor adscitus, nec de pro-
prio principio, sed aliunde accensus auctusque. Exer-
citando uero, insitit caloris augmentum animalibus
ex ipsorum corporibus excitatur. Atque is omnium
exercitatioem communis effectus est, proprius
tamen earum effectus non est, si modo & iratis, et
B perturbatis, & pudore affectis naturalis etiam ca-
lor augetur: quanquam ira haudquaquam auctus,
sed ueluti feruor est caloris in corde. Itaque etiam
essentiam eius uel probatissimi philosophorum ta-
lem esse affirmant. Quippe accessorium iræ est, non
eius essentia, ultionis appetentia. Verecundis au-
tem augetur insitus calor, dum primum intro se re-
cipit uniuersus, deinde postquam in alto corporis
est collectus, & ex ipso inibi congestu, & ex assidu-
o motu incrementum capit. Non enim quiescit
pudore affectorum spiritus, sed tum ab interno,
tum circa se, unã cum toto sanguine uarie circum-
agitur, ita planè, ut spiritus eorum qui perturban-
tur. Dicitur autem in progressu latius de omnibus
eiusmodi animi affectibus. Ad præsens enim pro-
C pterea quod commune symptoma tum hos ipsos
affectus, tum exercitatioes excipit: dum omnis ex-
ercitij communem esse natui caloris auctum osten-
derem, idque de externo, & a se, non tamen solis ex-
ercitatioibus inesse, sed pariter dictis modo affec-
tibus, coactus sum obiter & de his meminisse. Iam
singulas exercitatioem seorsum persequi tempesti-
uum uidetur: illo præsertim prius significato, quod
in his quoque complures differentie inueniantur.
Quippe interim aliam partem, aliud alio magis ex-
ercitium fatigat. Et quædam lente motis fiunt,
quædam ocyllime agitantur, & quædam robore ac
nixu adhibitis, quædam sine his: ad hæc, quædam
cum robore pariter & celeritate, quædam languidi-
de. Ac quod uolenter quidem sine uelocitate ex-
ercetur, *ῥῆνον*, id est ualens uoco. quod uiolenter &
cum celeritate, *σφοδρῶν*, id est uehemens. Violenter
aut, robusteue dicere, nihil referat. Fodere ergo,
ualens robustaque exercitatio est. Simili modo &
si quis quatuor simul equos habens coerceat: im-
penser robusta exercitatio est, non tamē celeris. Tum
si quis maximo onere sublato aut eodē loco mane-
at, aut paululum procedat. Iam accliuus inambulatio,
huius quoque generis est. Attolluntur enim eo mo-
tus genere, & ueluti onus sustinent ab ijs quæ pri-
mum mouentur, reliqua corporis membra uniuersa.
Præterea si quis per funem manibus apprehen-
sum scandat, sicuti in palestra pueros exercet qui
eos ad robur præparat: quin etiam si quis fune arre-
pto, aut etiã pertica, sublimis ex ea pendeat, ac diu

Tom. 2.

l. 3. teneat

teneat: robustum is ualidumque laborem exercet, ci
tra tamen celeritatē. Ita uero & si quis manibus in
pugnum reductis, iisdem prolatis, uel in altū sub/
latis, diutissime eodem habitu consistat. Quod si
adhibituē quēpiam deducere sibi manus iubeat,
nec tamen ipse remittat; uel impēsius hic tum mu/
sculos omnes, tū neruos ad robur cōparat, ut quo/
rum maxime propria sunt omnia id genus exerci/
tia. Idque multo certe magis fiet, seorsum si quis sum/
mis manibus, utraq; apprehenso pondere (cuius/
modi sunt qui in palestra alteres dicuntur) porre/
ctis his, aut in sublime erectis, eodem habitu per/
sistat. Iam si etiā cuipiam iusseris ut te uiolēter de/
trahat, inflectatque, dum ipse nō manibus modo, ue/
rum etiā cruribus spināque constās inflexusque resi/
stas; non leuē ad membrorū robur exercitationē
obieris. Sanē hoc genere Milonem ipsum exerci/
tasse se ferūt, dum aliās conuellere se mouereque de/
loco uolenti permitteret (uerū hęc crurū maxime
exercitatio fuerit); aliās, utique si manus exercitan/
das curabat, pugnuū aperire iuberet. Idem (ut aiūt)
malum punicū, aut tale quippiam manibus cōple/
xus, auferendum cuius præbebat. Hęc igitur exer/
citia maximi roboris tum ostentationē, tum exer/
citationem cōtinent. Robur autē partiū tum exer/
cet, tum uere firmat, et si quis alterum complexus
medium, aut etiam ipse medio cōprehensus, mani/
bus digitisque pectinatim iunctis, aut quem cōple/
ctitur, absoluerē se iubeat, aut ipse se a cōplectē/
te soluat. Ita etiā & si quis alterū qui uersus ipsum
se inclinet, a latere aggressus, illa manibus cōple/
xus, ceu onus aliquod sublatū inuicem protēdat,
reducatur; ac magis si dum gestat, ipse nutu renu/
tuque corporis utatur; sic namque spinam uniuersam
ad robur comparauerit. Aequē uero qui pectori/
bus ex aduerso innixi, magno se conatu inuicem
retrudunt. Etiam qui a ceruicibus pendentes, de/
orsum trahunt, ad robur præparant. Cæterum ta/
lia omnia exerceri citra palestram, aut copiosum
puluerem queunt, quocunque conculcato loco
erectis ac stantibus. Quæ uero luctantes inter se
moliuntur, cum robori augendo student, hęc aut
puluerem altum, aut palestram desiderāt. Ea sunt
eiusmodi: cum uterque luctantium ambobus cru/
ribus alterum alterius crus complectitur, deinde
manibus inter se collatis, altera ceruici uiolenter
incumbat, utique quæ ē regione impediti cruris
est, altera brachio. Licebit & circa summū caput
manibus iniectis uiolenter retrorsum se agat ac re/
uellat. Eiusmodi lucta, utriusque luctatoris robur
exercet; quemadmodum & ea quæ altero alterum
cruribus cingente, uel ambo per ambo mittente,
fiunt. Nam hęc quoque utrunque ad robur præpa/
rant. Infinitæ aliæ eiusmodi robustæ exercitatio/
nes in palestra sunt. Quorum nimirum omnium
peritiam usumque pædotriba caller, ipse sanē sic a
gymnaste diuersus, ut a medico eoquus, quod ip/
sum quoque ad perpensionē æstimationemque se of/
fert. At dictum quidem iam de hoc est in eo libro
qui Thrasylbulus inscribitur. cæterū dicemus & nūc

quod satis ad præsentem sit disputationē; uerum
si prius exercitationum uarietates absoluero. quæ/
rum quæ robustæ sunt, quasque ἀνάνης Græci uo/
cant, dictæ iam. Superest ut de ijs dicamus quæ ce/
leritate peraguntur, citraque robur & uiolētiā. Id
genus sunt cursus, & umbratilis armorum medi/
tatio, & cum duo summis manibus concertant,
ἀκροχρησμός Græci uocant. tum quæ per corycū
& pilam exercitatio fit, utique cum a distantibus &
currentibus administrat. Eius generis est & quod
ἐκπληθίζω Græci dicunt, & quod πτυλίξω. Est
autem ἐκπληθίζω, cum in plethro, id est, in sexta
parte stadij quis prorsum retrorsumque uicissim,
idque sepe, in utranque partem sine flexu cursitans,
unoquoque cursu breue quiddam de spatio de/
mit, quoad denique in unico gressu confiterit. π/
τυλίξω uero, si quis summis pedibus ingrediens,
tensas in sublime manus, hęc antrorsum, illam re/
trorsum celerrime moueat. Hoc uero exercitatio/
to maxime ante parietem stantes uti solent; quod,
si quando aberrant, facile pariete apprehenso eri/
gantur. Sed sic exercitatorum ut error magis la/
tet, ita exercitium ipsum fit imbecillius. Celeres
uero motus sunt, citra tamen uiolētiā, & qui
in palestra eduntur, circūuolutis humi nobis uel
solis, uel cū alijs. Licet autē & erectis, tum circum/
actis, ac uelociter propē adstantē mutantibus, ce/
lerem exercitationē peragere. Potest & solis cruri/
bus, idque erectis, ac uno loco consistens celeriter
exerceri; subinde quiddē retro tantū resiliens; inter/
rim uero crurum utrunque uicibus referens. Quin
& per manus exercitatione celerī tantundē ualen/
te uti datur, idque citra ullos alteres; utique si frequen/
tiā celeritatisque motus earū impensē incumbas: si/
ue has in pugnum ductas, siue explicatas manus.
Ac eiusmodi quidem celeris exercitatio est, in quā
bus dixi speciebus cōprehensa. Reliquū est ut ad
uehementem ueniamus. Ea uero sicuti prædictū
iam est, ex robusta celerique composita est; quando
quas robustas diximus, ijs omnibus ut uehementi/
bus uti licet, motus modo celeritatē adijcias. Nō
in postremis uero uehementes hęc sunt, fodere, di/
scum mittere, saltare, idque continuato sine inter/
missione opere; similiter graue quoduis telum ia/
culari, cōtinuatis sibi quā maxime iactibus; aut
grauī armatura tectum celeriter agitari. Et qui a/
liquo quidem talium exercētur, intermittere pau/
lulum solent. Atque hoc loco inter assiduam inter/
polatamque exercitationem differentiam noscas li/
cet. Quas enim modo retulimus, uniuersæ moru/
la interposita magis usurpari solēt, ac potissimum
quæ labores operaque sunt, nedū exercitia, ut fossio,
& remigatio. Quæ uero remissiores exercitatioes
sunt, eæ sine interposita quiete magis fiunt, ueluti
cōtinuatus diu cursus, quem Græci dolichon uo/
cant, & iter facere. Hęc igitur omnia exercitationū
genera sunt, quæ & modo dictas differētiās habēt
& supra has quæ alia lumbos magis quā brachia
cruraue exercent, alia spinam totam, aut pulmo/
nem tantum, aut thoracē tantum. Quippe itatio
cursusque

cursusq; , crursi exercitationes sunt: acrochirismi, & sciamachiae, brachiorum ac manuum propria. Lumborum aut, assidue se inclinare, ac rursus reuocare; idq; aut pondus aliquod à terra tollentem, aut assidue in manibus sustinentem. Sunt & qui depositis ante se alteribus, ulnae interuallo distantibus, postea medij ipsi stantes, inclināt se, atq; attolunt dextera quidem eum qui ad sinistram iacet, sinistra qui ad dextram: tum rursus utrūq; in suum locum referunt. Atq; hoc identidem deinceps faciunt iisdem uestigijs insistentes. Hic uero motus transuersas spinę partes magis exercet, sicuti prior illerectas. Thoracis uero et pulmōis maxime respiratiōes proprię exercitationes sūt. Maxima uero uox supra iam dicta, uocis quoq; instrumenta omnia permouet. quorum enumeratio in ijs quę de uoce edidimus, habetur. Quoniam aut huc producti sumus, non alienū si de omnibus animalis partibus tradere, & quę motus euidentes, & quę leues & obscuri obtineant: quę rursus à se moueantur, quęq; ab alijs. Quippe eiusmodi discretio non paruam commoditatem gymnastę afferet ad omnia animalis mēbra mouenda, aliās à se, & propria uirtute; aliās ab alijs, & per alienam. Quęcūq; enī uoluntate suscipiuntur actiones, eę musculorum neruorumq; , & quos aliqui tendones, gręci *τένοντες* uocant, proprię sunt. Eadē tamen si maiore uī & celeritate fiunt, primum quidem & maxime dictas iam partes, ex accidenti uero etiam arterias exercent. cum prædictis uero ossa, ueng, carnes, ligamenta, & ceterę omnes animalis partes unā mouentur. Reliquorum uero motuum qui in animalium corporibus noscuntur: quicūq; non communi uoluntate suscipiuntur, sed uel naturales sunt, uel pro animi affectibus edūtur, duplices hi genere sunt. alię enī cordis & arteriarum, alię uenarum & iocinoris actiones sunt: atq; horum quidem primum & maxime: secundo loco reliquarū omnium partium: quandoquidem quatuor naturalibus facultatibus omnes gubernantur. Ac arteriarum quidem cordisq; motus nūquam sanē omnino intermittuntur: ceterum magnitudine, paruitate, uelocitate, tarditate, & uehementia, uarie intenditur atq; remittitur, idq; multis ex causis: quas omnes in opusculo quod de pulsuum causis conscripsimus, per censui. nunc summa tantū capta delibasse sat erit. Vna igitur mutandi pulsus causa est naturalis calor is auctio, diminutioq; . Altera causa est quę ex animalis spiritus mutata quantitate spectatur. Tertia, quę ex firmitate infirmitateq; naturalis uirtutis accipitur. Quarta, quę ex instrumenti ipsius malo affectu aestimatur. Verū de hac differere non est huius loci. Iam enim ægroter animal necesse est in eiusmodi affectibus: cum reliquę omnes pulsus mutationes etiam in sanis spectentur. Quę igitur ex aucto diminutoq; naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tempore, nutrimento, portione, balneo, frictione, somno, & uigilia, itemq; animi affectibus, & actionibus uoluntate susceptis, incidit. Quę uero ex animalis spiritus

alteratione nascitur, ea pro motus qui uoluntate consilioq; initur (*καὶ ὁρμη*, gręce uocant,) differentijs uariatur. Quę ex uirium firmitate infirmitateq; oritur, pro substantię ipsius cordis & arteriarum bono cōtrariōue temperamento contingit. Porro uenarū opus unā cum alijs instrumētis uni uersis quęcūq; natura ad alimentū dispensationē excogitauit, pro cibo portioneq; , tum uero pro distributionis in corpus, & cōcoctionis, & nutritiōis ratione uariatur. Huius uero mutationis arterię quoq; participes sunt. Qui uero motus, actiones nō sunt, horum triplex diuersitas intelligitur. Alij nāq; animantibus ex seipsis insunt: alię extrinsecus adueniunt: alios medicamenta proritant. Et ex se quidem animalibus insūt ię quos ante memorauī. Extrinsecus uero accedūt qui nauigādo, equitādo, aut gestando siue uehiculo, siue lectulo pudente, siue cunis agitatīs pręstantur, siue per nutrīcum ulnas, ut infantibus: extrinsecus pręterea aduenientiū & frictio sit. Nonnulli tamē motus misti planē sunt, ueluti equitatio. Non enī ut in uehiculis, pręsertim in quibus stratus quiescas, ita etiā cum equo insideas accidit ut à gestāte tantū agiteris, ipse nihil agas: quin spinā erectā sustinere, tum utrūq; foeminibus equi costis firmiter hærere, & crura extēdere oportet, etiā ante pspicere. In quo non modo uisus, sed etiā collū laborat, pręcipue tamen uiscera hoc genere agitantur. Porro ea salientibus quoq; aq; dimouentur: uerū ijs qui uehiculo gestantur, non aq;. Quare si quis uiscera quę sub septo sunt, mouere uiolentius uelit: & prædictos labores adeat: & pręterea ad frictionem quę per circuniectā fasciā administratur, accedat. Statuatur aut oportet is qui fricat, à tergo: qui modo in dextrā, modo in sinistram manus iniiciat: acclinante apprimenteq; has ipsas partes ipso qui fricatur. Sanē concutiunt nonnihil ea quę sub septo uiscera sunt, et maximę tū respiratiōes, tum uoces: parī modo efflatus & qui per se fiunt, & qui cū cohibito cōpressoq; spiritu tum in tibiārū sono tum uoce adhibentur. Iam ipsa spiritus cohibitio, exercitatio quędā musculorū est, non minus certe eorum qui in abdomine, q; qui in thorace insūt. Verum de hac post agetur, utpote quę supra alia quę modo retulimus commoda, etiam aliam gratiam non leuem pręstat: cuius nimirum causa ad finem eam exercitationis adhibemus. Verum ad propositum redeundum, nempe q; non pauci ex ijs motibus qui partibus animalium accedunt, nec partim ipsarum actiones sunt, nec earum actiones sequuntur: sed ab alijs & per alia perficiuntur: ueluti in uehentibus, nauigantibus, perfricandis, purgandisq; per medicamēta tum uomitoria tum aluum ducentia sit. Verū eiusmodi motus, huius de tuenda sanitate artis non est. Reliqui omnes & potissimū ię qui ex frictione fiunt, in primis necessarij cognitioni huius artis pręsidi sūt: quippe ad cuius professionē spectat omnium motuum uires nouisse. Sicuti (reor) ad opifices ipsos spectat singulos particulares motus nosse. Hincanq; uarietatem quę in

materia est, norunt: Gymnastes uirtutis singulorū A
scientiam habet. Etenim si quis me iubeat ut hoplo-
machicos, id est armorum meditationis motus, uel
alium doceam, uel ipse concinne peragam: sanè u-
numquemlibet eorum obire cōmode nequeā. At
sicui melioplomachicorū cum agit adhibeas; non
modo quam uim obtineat actionum quolibet, sed
etiam quam maxime partē exercitet, omnibus il-
lis certius norim. Immo uero (si uerum ingenue fa-
teri oportet) hoplomachicus nullius earum uim
reddat. Qui exercitationum artem probe callet, is
omnes nouerit, singulas ad certos referens fines.
Nanq; aut uiolentæ quedam sunt, grauesq; ac ro-
bustæ: aut leues, celeres, & concitatæ: aut pariter
uiolentæ & celeres. Has igitur obiter dum agi cō-
spicit, statim uisās facile dignoscit: atq; hoc ampli-
us quānam crura, brachia, uel thoracem actio ex-
erceat: quæ lumbos, caput, spinam, uel uentrem:
quæ demū aliam quāuis partem egregie præter cē-
tera fatiget. Hoplomachicus em̄ apte numeroseq;
motus peraget celeres fortasse, robustos, ac gra-
ues: ceterū q; densent aut emacient eiusmodi mo-
tus, parum nouerit. Pari modo nec q; carnem au-
gent & rarefaciunt motus tardī. Iam idem robuste
simul & tarde et grauius mouebitur, nec tamen q;
istiusmodi motibus corpori robur & grauitatē ac-
quirat, intelligit. Aurigandi quoq; peritus omnes
motus particulares numerosē apteq; & ad usum
cōmodissime explicabit: sed qui horū corpus emac-
ient, aut carne impleant, robustum, uegetū, mol-
le, durū, dēsum, rarūue efficiant, omnino ignorat. C
Ita & qui pila exercere instituit, (σφαριστὴν οὖ-
cāt) omnem pilæ iactum exceptūq; callet: minime
tamen quem corpori affectū hī comparant, nouit.
Pædotriba quoq; quicquid in palæstra motuum
geritur, pernouit: quid quisq; motus efficere que-
at, ignorat. Et (ut semel dicam) omnes homines,
artifices iuxta inertesq; quos corpore motus ex-
ercent, eorum ignorant uires, saltatores, nautę, fa-
bri tum materiarij, tum ferrarij, piscatores, agrico-
læ, ædificatores, sutores, omnes deniq; qui quid-
uis moliuntur. At gymnastes ex ijs quæ ante retu-
li principijs, cuiusuis actionis, etiam eius quā nūc
primum, nec ante, conspexit, uim tenebit: ueluti
statim saltantium præuegeti motus. in quibus ni-
mirum q; maxime saluunt, ac celerrime circumacti
uertuntur, & genu prius posito mox emicant, &
crura tum attrahunt, tum maxime diuariant. &
summatim, in quibus ocyssime mouentur, graci-
le, musculosum, durum, cōpactum, præterea uege-
tum corpus reddunt. At remissi tardī & languidi
motus, non solū non eiusmodi corpus quale nunc
diximus faciunt, sed contra si natura musculosum
& uegetum sit, diuersam omnino affectionē indu-
cunt. Quod igitur mox diximus pædotribam ita
esse gymnastæ ministrum, ut medici coquum: id
nunc quoq; ostensum est. Quippe coquus betam,
lentem, aut ptisanam aliās alia ratione præparat:
nec tamen quod præparauit, quam uim obtineat
intelligit, aut quānam præparandi ratio censenda

sit optima. At medicus nihil horum ita ut coquus
parare est potis: uerum quicquid præparatum sit,
eius uires probe callet. Ergo gymnastes propositi
nobis adulescentis, utiq; qui optimū corporis sta-
tum est fortitus, omnium quidem exercitationum
uires pernouit: deligit uero ex omni genere quod
moderatum mediūq; inter utruq; excessum est.
Nam neq; celeris tardęue exercitationis optimus
status eget, sed planē mediocris ac mediæ. nec rur-
sus uiolentæ & uehementis, nec remissæ & lāgui-
dæ: immo in his quoq; mediocriter optimū est: quā-
do non alterare, sed planē seruare optimum corpo-
ris statum conuenit. Siue igitur armis eiusmodi a-
dulescentem exercitare gymnastes uelit: peritissi-
mo totius meditationis armorum adscito, eum om-
nes sibi promere actiōes iubebit. mox ipse eliget,
ac discernet, imperabitq; quibus earum sæpe, qui-
bus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquā,
aut semper exercitari eum uelit: quippe quem late-
re non potest quæ quodq; membrum exercitatio
magis agitet, quæue cuiusq; exercitationis quali-
tas facultasue sit. Siue folli pilæue exercitare stu-
det: hic quoq; rursus tum genus, tum qualitatem,
tum modū actionis inueniet: ipso folli pilæue pe-
rito, pro ministro adhibito, quod illi omnē eius ge-
neris actionum materiam indicet. Nam ipsius pro-
priæ cuiusq; artis materiæ, gymnastes, quā gym-
nastes, omnino est ignarus: uerum ubi semel inspe-
xit, non solum qualitatem, sed etiam uim eius protin-
us intelligit. Quamplurimos em̄ ipsi ex ijs qui-
bus imbecilliores quædā corporis particulæ erāt,
unde crebris in his urgebātur morbis, unius gym-
nasticæ opē restituiamus: neq; tamen omnes pro-
prijs exercitationibus, sed siue quis saltator erat,
siue hoplomachicus, siue pancratiastes, siue lu-
ctator, siue alio quouis genere exercitatus, iussu
eo magisterij sui motus coram promere: mox ap-
positissimis unā cum tempore & modo delectis.
Verum de correctione id genus, procedente tra-
ctatu agemus: ea scilicet operis parte in qua de ui-
tiosis corporū statibus disceptabitur. Nunc opti-
me cōparato corpori suum statum tueri propositui-
mus. Porro huic ex omni genere mediocritas ad-
hibenda est, frictiōe, exercitatiōe, balneo, cibo, sō-
no, ita ut nec durior illi, nec mollior habitus corpo-
ris reddatur. Quippe hic ab extrinsecus imminen-
tibus facile offenditur: ille corporis inhihet auctū.
Præterea nec densior, ne uidelicet in carne excre-
mentorū aliquid hæreat: nec rarior, ne qd̄ est salu-
bre effluat. Simili modo, siquidē optimo habitu e-
rat, nec solito gracilior, nec crassior: cū cōstat graci-
litatē externis iniurijs, crassitudinē ijs quę interne
ab ipso corpore pueniunt, esse obnoxia. Pari mo-
do neq; calidius, frigidius, siccius, uel humidius ef-
ficere eiusmodi corpus expedit, siquidē inculpato
tēperamento erat. Vnū igitur est qd̄ in ita se habē-
te corpore est spectandū, nempe in omni tuēdæ sa-
nitatis materia, quod conueniens mediocriter est.
Porro id est inter utruq; excessum planē mediū.
Quemadmodum aut huius maxime sis compos,
supra iam

supra iam dictum est. Cæterum de ijs quæ maxime necessaria sunt, uel sapius meminisse non sit profecto inutile. Prima ergo dies crassior em cõiecturam præbebit, secunda uero, tertia, quarta, & reliquarum quælibet, pro ratione magis exactam. Quippe in prima die omnia tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda. Exuat se, sicut Aegimius præcepit, ubi in lotio iam perfecta cõcoctio cernitur. Mox frictionis ratio huc spectet, ut membra molliantur. Docebit id tum floridus color, qui in summa cute residet: tum artuum flexibilitas, habilitasq; ad omnem motum. Post hæc exercitetur, dum & corpus intumescit, et color illi floridus apparet, & motus præopte, æquabiliter, & concinne edit. Inter hæc uero sudorem cum calido uapore mistum cernes. Inhibenda uero exercitatio tum primū est, cum aliquod horum fuerit mutatum. Quippe si cõtractior paulo corporis moles uidebitur, desistendum illico est. si em ultra quid pergat, etiam boni succi nonnihil educetur: atq; ita tum gracilius corpus fiet, tum aridius, atq; ad incrementum minus habile. Non minus profecto & si coloris gratia uanescat, cessandum est: quando si exercitatione cõtinues, frigidum corpus efficies, & nimium exauries. Iam motuum alacritas, æquabilitas, uel concinnitas si remitti quippiam collabitq; cernitur, uti que statim desinere conueniet. Idem si in sudore accidat ulla qualitatē eius quantitatisue mutatio: quippe quem & copiosum magis, & magis incalente ēdi par est, prout motibus uehementiæ plus accesserit. Cum igitur is aut minor intelligitur, aut frigidior, tum scias digeri exauririq; corpus, præterea refrigerari ac siccatū plus iusto. Quo magis sollicitè attendendum exercitando corpori est, ut cum dictarum iam notarum quælibet apparet, prout cesset. Nec tamen protinus lauatū ablegandum est, sed summam exercitatiois intentionem, quam *ἄκρην* græce uocant, remittere sistereq; iubebitur. Quod si illa cohibendo anhelitu implere uelit: perfundi oleo, atq; apothera ut deinceps debet. Porro ea cuiusmodi res sit, simul qui sint in ea scopi, & quæ mensura, præterea quibus absoluatū tum motibus, tum frictionibus: sequenti libro monstrabitur. præsentem em, utpote satis uerborum habentem, iam cõmode uideor finiturus: si modo illud unum adiecerō, lauacrum quod omnino medio temperamento sit, ad propositam etatem naturamq; esse eligendum. Propositum namq; est, si recte meminimus, tertium à natiuitate septenarium, id est quod inter quartumdecimum ac unum & uigesimalium annos interuenit. Quo utiq; frigida lauari adolescentem adhuc nolim, ne incremento eius (cui plurimum est cõsulendum) sit in mora. Vbi uero iustam magnitudinem impleuit, etiam de frigida lauatione aliquid dispiciemus. Si mili ratione & de exercitationibus quæ in pulvere obcuntur, exquisitius in sequenti sermone agemus. In præsentī illud nouisse satis erit, ne puluere quidem huic opus esse: modo illi in qua exercitabitur, domus ad eum modum quem inter initia præ-

cepimus, præparata sit. Verum si calidior sit, tum puluere utendum. At eo si utetur, omnino crit lauandum. Sin non utetur, liceat & illotum dimittere, præsertim hyeme. Post hæc uero & quæ ad cibum, potionem, somnum, ambulationemq; pertinent, coniectanda huic sunt qui adolescenti præficuntur: & in sequentibus à nobis dicuntur. Verum fieri non potest ut modi horum primo saltem die ratio illi exacta constet. secundo, ubi exploratum habuerit quomodo post quot exercitationes nutritus adolescens sit: si proprium naturæ habitus prorsus seruare uiderit, eodem seruato modo tum nutriet adolescentem, tum exercitabit. Sin non seruauerit: quacumq; ratione à pristino habitu est lapsus, reducere eum mutata mensura tentabit: itaq; facere non desistet quoad in singulis peragendis exactum modum definierit. Quot uero, & qui sint præter naturam lapsus, ac quemadmodum quem libet tum agnoscere, tum reparare conueniat, in sequenti opere docebitur.

GALENI DE SANITATE

TVENDA LIBER TERTIVS

THOMA LINACRO ANGLO
INTERPRETE

M Edicorum gymnastarumq; qui de sanitate tuenda prodiderunt, alij omnium hominum cõmunia præcepta tradiderunt, nihil usquam cogitantes de corporum nostrorum per species differentia. Alijs dissidere inter se corpora nostra non paruo discrimine, placuit: eorum tamen differentiās, ceu cõprehendi planè uniuerse nequeant, cõsulto omiserunt. Pauci omnino qui per species & genera discernere sunt aggressi, plura perperam q; recte scripserunt. Nos primo statim uolumine quot numero species humanorum corporum sint indicauimus, promissimusq; singulis propria tuendæ sanitatis præcepta seorsum tradituros. Orsi autem sumus ab eo corporis statu in quo queri de ullo naturæ uitio non possit. Quoniam aut is homo negociorum interdum occasione, uel sponte, uel inuitus pro secundæ ualeutudinis præceptis uiuere prohibetur: satius uisum est primum cum liberum, suæq; planè spontis, ac uni corporis ualeutudini uacatē, proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiusmodi hominē conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum usq; annum curam eius persequi. Secundo qua ratione ad uirilē etatem duci debeat, indicauimus: ubi longior sermo incidit, postquam in cõmunia artis capita deuenit, sine quibus ne de proposita quidem etate naturæq; exacte differere licebat. Omnes em tum frictionis, tum exercitationis differentias enumerauimus, non mehercle particulares, (nisi sicubi has exempli causa non necessitatis referre ex usu fuit) sed quæ genere ac specie sunt distinctæ. Ergo in frictione

frictionibus quidem quam mollis duraq; & ante has mediocris facultatem obtineant, interpretati sumus. Adieciimus & differentias quæ à quantitate sumuntur, numero tres: mox quæ ex coniugatione harum oriuntur: omnes in toto numero nouem; etiam potestate singularum exposita. In exercitationibus uero enarratis quamnam acuta ueloxq; uocetur, quamnam hebes tardaq; ac quæ harum media primaq; natura saltem sint, itemq; quæ ualēs ac mollis, præterea grauis leuiscq; quæq; harum sunt mediq; simili modo tractatis, docuimus optimum corporis statum per omnia quæ mediocria cōuenientiaq; sunt, quæq; eadem media planè excessuū sunt, agi debere: idq; tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus denique quæ salutem uictus rationem cōplent. pollicemur, sicuti de frictione exercitationeq; fecimus, ubi in genera quædam cōmunia speculatiōne reuocauimus, quod simul recordatu facilis, simul certa ratioe uiaq; tradita doctrina esset: ita & in reliquis omnibus facturos: ac primum quidē de ea quam apothēriā uocant, acturos: quandoquidem ea proximo loco tractando in superioribus est proposita. Quippe ubi quousq; intendere augeatq; exercitatiō oporteat, quod ad sanitatis rationem pertinet, præcepimus: finem quoq; sequi debere diximus apothēriā, de qua nūc agamus. Est igitur primum ea genere duplex. Altera quidē exercitatiōis ceu pars, altera eius ceu species. Ac de ea quidem quæ ceu species censetur, post dicemus. De ea uero quæ ut pars habetur, nunc agendum. Omnis exercitationis probe peractæ postrema pars apothēria dicitur. Ea duplici cōsilio suscipitur, & ut excrementa expurget, & ut corpus à lassitudine tutum reddat. Prior causa etiam exercitationi cōmunis est: quando eius quoq; duplex omnino propositum est, & ut solidas animalis partes firmet, & excrementa expurget. Proprius tamē apothēriæ scopus est, ut lassitudinem quæ succedere immodico exercitio solet, summoueat atque prohibeat. Ac athletis quidem, [& alijs qui opere corpus fatigant,] sicuti qui uel fodiunt, uel iter agunt, uel remigant, uel tale quippiam opus uite necessarium obeunt: præstō lassitudines adsunt, nisi apothēria deuitentur. Verum, de quo hoc loco agimus, optime cōparatum corpus, quod ab omni seruitute est liberum, & uni sanitati uacat: raro lassitudine tentatur. Sicuti em̄ athletę, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitadi genere obnoxij lassitudini sunt, præterquam eo quod ab ipsis absolutum dicitur: ita nec qui uitam degunt liberam, & qui tantum ualitudinis tuendæ gratia exercitantur, usquā lassabuntur, propterea q̄ huiusmodi exercitium adire nulla necessitate coguntur. Athletis em̄ necesse est (quod uidelicet ad immodicos in certaminibus labores etiam totū diem aliquando continuatos præparato iam corpore sine) absolutissimū illud exercitiū (ipsi κατὰ κράτος uocant) aliquando obeant. Verum qui tantum tuendæ bonæ ualitudinis causa exercitantur, ijs nec

A necessum nec utile planè est immodicos labores adire: itaq; his nullus instat lassitudinis metus. Nihilō secius tamen ijdem apothēria utentur, etsi nullo lassitudinis timore, at certe excrementorum purgandi causa: cui ex pleniore (ut græci loquuntur) mensura, etiam lassitudinis securitas accedit. Nam & si ipse exercitationis modus his est à lassitudine q̄ maxime alienus, actionisq; omnis ratio planè citra uolentiam: fieri tamen aliquando potest ut gymnasten in utroq; paulum quid subterfugiat: quod neglectum, si non magnam, certe leuē exercitato lassitudinem concitet. Cæterū non cōuenit qui sibi uiuat, & uni corporis sanitati uacet, ut uel minimum lædatur usquam. Tutissimū itaq; sit apothēria semper uti. Quæ qualis adhibenda sit, ipsa finium ad quos tendimus, demonstrabit natura. Nam quoniam id petimus, ut solidarū animalis partium excrementa quæcūq; ex calfacta extenuataq; per exercitationem in corpore adhuc manent, prorsus eiciantur: & frictiones quæ per alios administrantur, adhiberi oportebit, & cum his unā tum ipsarum quæ fricantur partium tensionem, tum etiam spiritus cohibitionem. At quoniam nec frictionū unica ratio est, nec spiritus cohibendi: deligendū ex utroq; genere est quod utilissimum est. Atq; ex frictionibus quidē, quæ dura est, cogere corpora, hoc est densiora simul durioraq; reddere traditum iam est. Itaq; hæc ad res propositas parum est accommoda. siquidem quod densatur, intra se cludit. quod laxum fit, liberū excrementis exitū præbet. Ad eundem modū quod durat: ijs quæ tensa sunt, maxime est aduersum, ut quod eorum affectum magis adauget, cōtra quod mollit, id est utilissimum. Si igitur simul & excrementa digeri, & quæ tensa sunt, molliri conuenit: duræ certe frictiones omnino sunt fugiendę. Nec his minus à lentis cauendū arbitror. Nam postq; à se corpus nō amplius dimouetur, periculum est ne frigescat, ac densescat, dum nulla ope externa calsit. Hac igitur de causa non solum cum celeritate est fricandum, sed etiam quoad fieri potest, plurimū manibus: quod nulla corporis pars nuda maneat. At si nec tardam esse frictionem oportet, nec duram: oleum nimirum fricando corpori largiter circumfundi debet. id em̄ ad uelocitatē simul & mollitiem frictionis multum cōducet: & alioquin aliud secum non mediocriter cōmodum affert: quādo & quæ tensa sunt, remittit: & quæ inter uehementius laborandū fatigata sunt, emollit. Atq; his quidem de causis dura uitanda est frictio, ob alias uero mollis. quippe ea nec alte demittitur, sed circa cutē ipsam & ei uicinas carnes deficit: nec ea quæ in angustis meatibus contenta excrementa sunt, elidit. Cuius profecto causa tum ipsam fricandarū partium tensionem, tum spiritus cohibitionē iniungimus. Media igitur mollis durq; quæ eadem mediocris est: ab utriusque incommodo abesse uidetur, & mollis inefficacia, & duræ uolentia noxæque. Ea uero perficitur fricantis quidem manibus, ualenter iniectis, ita ut earum impressio ad duram

duram frictionē proxime accedat: cetera pingui-
tudinis copia, & uelocitate mouendi eatenus re-
missis, ut planē euadat mediocris. Nā & pinguitu-
do ipsa ualentioris cōtractionis non leue praesidiū
est, & breuitas ipsa cōtactus tantum demit de uio-
lentia, quantū etiam de tempore. Porro tendēdas
obiter dum fricantur partes censemus: quōd quic-
quid inter cutem & subiectam carnem excremen-
torū relidet, per cutem expellatur. Quippe amba-
bus ijs laxis non magis foras q̄ intro ferri excre-
menta continget. Dissentis uero ijs quæ sub cute
sunt, omnia foras eliduntur, ceu gemina manu ex-
pressa: una foris, eius utiq; qui fricat: altera intus;
ipsis scilicet quæ tenduntur particulis, manus ui-
cem suppletibus. Ac propter hæc quidē non exi-
gua portio apotherae est spiritus cohibitio. Ap-
pellant uero ita ubi omnibus thoracis musculis q̄
circa costas habentur, intentis coactisq; respirati-
onem cōtinemus. Accidit namq; obiter ut spiritus
qui à costis premitur, dum efflari per exitum arte-
riæ (ἀρρυγᾶ ἑσπερίαν) prohibetur, uniuersus
pellum ad transuersum septum (quod græce dici-
tur δαφραγμα) detur: atq; ut cum hoc quæ ipsi subsūt
omnia simul attollatur, iecur, lienis, uentriculus,
& quædam alia. Oportebit aut̄ interim musculos
quoq; qui in abdomine sunt (ἐπὶ γαστρὶ ἑσπερίαν) ap-
pellant] leuiter cōtrahi: ut ab his unā cū septo ceu
gemina manu pressis quæ intersunt partibus, ex-
crementū siquod intra se habent, foras elidat. Por-
rō medię inter hæc partes cōtinentur, iecur, lienis,
uentriculus, crassi ac tenuis intestini partes quæ p-
minēt. Loca uero ad excipiēda quæ expellātur
excrementa, patent, tum uentris tota capacitas, tū
isthic cōsistentium intestinorū concauitas. Si ue-
ro feriari planē abdominis musculos patieris, nul-
lius praedictorū excrementa uacuabis: quæ uero
in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorsum
transfere. Expedit uero huc potius transferātur,
q̄ in illis maneant: tanto profecto magis, quanto
etiam eorum quæ in uētre q̄ quæ in pulmonibus
& pectore continentur, promptior exitus patet.
Hæc em̄ (nempe quæ in uentre & intestinis sunt)
uel euomuntur facile, uel excernūtur: illa cum co-
natu & ui per tusses eijciuntur. Verum si quis pe-
rinde ut septum, ita abdominis quoq; musculos
anhelitus cohibitione intendat, exquisitius planē
expurgabit ea quæ sub septo sunt uiscera: nō trans-
feretur tamen quicquam à spiritus instrumentis ad
ea quæ nutrimento sunt delegata, sed totum in ip-
so thorace & pulmonibus excrementum manebit.
Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc nō
probo: multoq; minus si quis omnino non dissen-
to septo ualide ac uehementer contrahat muscu-
los abdominis: quando ita necesse est uenas oēs,
partesq; quæ circa collum sunt, flatu ac sanguine
impleri: excrementa uero sursum atq; ad caput, non
deorsum & ad uentrē ferri. Intueri em̄ id tum in ijs
qui tibias inflant licet, tum qui maximā acutissi-
mamq; uocē edunt. Si quidem his collū omne di-
latari, faciem uero intumescere, & caput ualidissi-

me impleri uideas: propterea q̄ in hoc opere qui
in abdomine musculi sūt tēduntur, diaphragmate
his cedēte. Est em̄ quicquid eiusmodi operis est,
ueluti in ijs demonstratū est quæ de uoce edidimus,
mistum ac cōpositum ex maxima respiratione &
spiritus cohibitione: utiq; cum simul omnis spiri-
tus efflatur, maximo nimirum facto expiratu, idq;
cū ualidissima musculorū tum qui costis insident,
tum qui in abdomine sunt, tensione. Cum spiritus
cohibetur, eadem utrorunq; musculorū facta ten-
sione: nullo tamen spiritu elabi permissio. In ijs qui
tibias sonant, aut acutā uocem edunt musculis pa-
ri modo tensis: spiritu tamen nec penitus cohibi-
to, nec toto simul emisso, sed mediam rationē ser-
uante. Ita nimirum fit ut trium operum cōmunis
sit musculorum tēsis, propria uero in totius simul
spiritus efflatu: uelox eius foras expulsio: in anhe-
lito cohibendo ipsa eius retentio: in tibiariū ope-
re & uoce mediocris emissio. Causa uero triplicis
huiusce operis in exitu arteriæ est: quippe qui in
totius simul spiritus efflatu latissime se pandit, in
spiritus cohibitione prorsus clauditur: in ijs qui ti-
bias sonant, aut qui uoce acuta simul & magna u-
tūtur, medium quendā habitum seruat. Ac de his
quidem post hac aliquando agere necesse erit, in
ijs quibus de uociferatione agemus. Ceterū spiri-
tus cohibitio, quæ ad apotherae est [maxime]
idonea, [iecur, lienem] & uentriculū attollit, ten-
sis qui in thorace sunt musculis uniuersis, remissis
qui sunt in septo & abdomine. ita namq; deorsum
ferentur excrementa. Secundo aut̄ loco habenda
est quæ mediocriter eos qui in abdomine sunt mu-
sculos tendit, quō uidelicet ea quæ sub septo sunt
uiscera, apotherae fructum sentiant. His ipsi de
causis etiam fasciarū (quæ ἀμματα ἑσπερίαν) uocant)
circūctus fieri conueniet: quos fricātes ipsi cum
à tergo fricandorum constiterint, circa rotum uē-
trem adhibent. cum ex aduerso se collocaint, cer-
uicibus, alios uero costis, & spinæ, & pectori ac-
commodant: idq; conuerso pariter cum his quo-
dammodo eo qui fricatur. Circa lumbos uero si-
milis fasciarum circumiectio circumactioq; fiet,
tendente se ad singulas eo qui fricatur, non tamen
cum omnibus pariter se uertente: cum neq; cōti-
nuos motus nec uehementes cōtingere ei ex apo-
theraie conueniat, sed certe aliquos, & quibus
ex intervallo frictiones sint interpositæ. Qui nāq;
& continui & uehementes motus sunt, ij exercita-
tiōis quam preparatoriam uocant, sunt proprii,
qui uero nec continui nec uehementes, apothera-
e. Itaq; concertatorem subinde [cōplectatur,]
subinde repellat: sæpe etiam hoc ipso tēpore mu-
tet: sæpe ipse à tergo gymnastæ incumbēs, ac cru-
rum utrunq; per uices ipsi circumplectens, idq; cum
tensione aliqua haudquaquam urgente, ab
alijs qui commode contrectent, fricetur. hæc enim
uel maxime ratione & calorem qui exercitando
est adauctus, seruauerit: & simul excrementa pro-
prijs ipsius tum tensionibus tum motibus eiece-
ris. Ad quod sanē opus, spiritus quoque cohibitio
non pa-

non parum mihi conducere uidetur: quippe qui undiq; compulsus, in angustos se recipere meatus cogitur: eosq; si amplius trusus propulsusq; fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam excrementi secum nonnihil arripere. Ad hunc sanè modum exilia instrumentorū foramina, uehementiore spiritus inflatu expurgantes opifices uideas. Nam quantum is prorsum per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quædam impelluntur, quædam trahuntur: toraq; uia peregisse properant. Et truduntur quidem quæ ante occurrunt, attrahuntur quæ ad latus sunt posita: impetu ipso motus utraq; acta. Quinetiam inter ipsam exercitationem, spiritus cohibitionem interponunt optimi gymnastæ, atq; etiam quam supra comprehendimus, ipsam quæ apothepiæ debetur, frictionem: simul hominem cum lassitudo incipit, recreantes: simul cutis meatus paulatim expurgantes: quod uidelicet perspirabile simul purumq; corpus ad subsequentes labores sit: cum alioqui uerendum sit ne si nihil tale gymnasta prouiderit, obstruat potius prædictos meatus, quam expurget, propterea quod uehementissimi materiæ impetus diuersis temporibus ac rationibus contrarios edere effectus possunt. Obstruere quidè, cum crassum simul ac multum fuerit quod confertim ac præceps agitur. Purgarè, cū exiguum tenueq; est, nec præpropere nec uolenter cogitur simul omne expelli. Apparet enim ita accidere in omnibus externis instrumentis, tum uero calathorū plexibus. Quippe eluitur extergiturq; ex his omne superuacuum, non cū egredientibus adhuc paulatim prioribus alia uiolenter à tergo irrunt (uerendū enim interim est ne quæ in trāitu sunt impacta innixaq; inuicè uia obstruāt) sed cum prioribus, [uel iam exeuntibus] uel planè uacuat, alia postmodū uacuatur. Et quid de exiguis meatibus miremur, cum etiam è theatris multitudo quæ confertim egredi conatur, in exitu hæret? Ob hæc itaque qui etiam in medijs laboribus apothepia utuntur gymnastas laudo, potissimumq; in ijs quos grauiā (quæ uocant) certamina exercent. uerum de his postea. Qui autè nunc nobis propositus iuuenis est, in hoc non ad athleticum habitum, sed ad sanitatem tuendam consilia diriguntur, quod minus aut multis exercitationibus, aut coacta comestione est opus, aut etiam suillæ carnis copia, aut pane id genus quo graues athletæ utuntur. Atq; his omnibus de causis timendum huic nō est ne exiles eius meatus obstruantur, si modo probe est præparatus, scilicet idonea frictione, ac laborib; qui ex paruis paulatim crescāt. Graui uero athletæ nisi omnia probe administrantur, ob ciborū tum qualitatem tum quantitatem uerendū in exercitationibus est ne obstruantur potius quam expurgentur halitus meatus. Ac de apothepia quidem abunde mihi dictum iam est. Deinceps ad balnea ueniamus: illud modo de propositis præfati, quod si quis hæc paucioribus interpretabitur, is merito prolixitatem sermonis nostri aculect. Verum si quis aut necessariū aliquod theo-

rema, aut quæ id confirment euidentem demonstratōnem præteritis, breuitate se usum putat: hūc non tam de tali breuitate sibi placere, quam certe pudore affici par est. Ego uero & si iustum uolumè scribere de apothepia potuissim; tamen id faciendū non censui, ut qui longitudinem huius operis cōtrahere maxime studui. Si enim ad ea refellenda quæ perperam à plerisque sunt scripta, me conuere uoluissim; nec paruam nec certe leuem materiam longioris sermonis habuissim. Verum arbitror, ex ijs quæ demonstrauī, satis me seminum dedisse ijs qui saltem non planè hebetes sunt, eiusmodi omnia refellendi. Cum enim dicat Asclepiades spiritus cohibitionem caput opplere: ex ijs quæ ipse paulo ante definiui cum differentias eius tradiderem, potest qui uolet hominis sententiam refellere. Similiter in secundo quoque uolumine licuit etiam mihi omnibus exercitationibus singillatim percentitis, librum producere: sicuti cum alij nonnulli fecerunt, tum quibellissime totam materiam est executus Theon Alexandrinus. Is enim quatuor libros non alia de re quam de particularibus exercitijs scripsit. Quæ & mihi dixisse licuit, ut qui tum melius quam ille interpretari potuerim, tum uero aliorum meminisse non paucorum quæ sunt operis exercitationum cōmunia. Is enim cum illud sibi proposuisset, ut quemadmodum athletæ maxime exercitarentur, doceret, in his multum uerborum absumpsit. Potest autem qui uolet, & de ijs quas singulæ artes præstāt exercitationibus differere. Atq; hæc quidem ijs qui longitudinem operis parum æquo animo ferūt, dicta sint. Nunc de balneis agere tempestiuū uidetur: Ac primum quidè de aquis dulcibus calfactis, ut quarū crebrior sit usus: mox de frigidis: postremo de ijs quas sponte natas appellāt: quarum alia media temperie, alia feruentes, alia tepida, alia omnino frigida sunt. Dulcium calfactarum aquarum, si media temperie sint, uis calida & humida est. si tepidiores sint, humida & frigida. quod si iusto calidiores fiant, calida quidè, sed nō perinde humida. Quippe horrere corpora, cōtrahiq; exiles eorum meatus subigunt, ita ut nec madescere ab extrinsecus accedente humore possint, nec excrementi quod intus latet, quicquam emittere. Cæterum ab ijs incipiendum quæ medium temperamentum obtinent, quæ per se semper calfaciunt & humectant, euenit tamen ex accidente ut aut per halitum digerant humores, aut superuacua fluxione (solutæ græci uocant) corporis particulas impleant, aut molliant, aut concoquant, aut uires firmant uel infirmant: siquidem ad hæc quantitas quoq; earum non minimū confert. Quin alios quoq; multos lauationis aquæ temperate & potabilis effectus quā iam comprehensis superueniāt, enumerare licet, quorū qui proposito nunc operi sunt accomodi, dicuntur q; fieri potest paucissimis, dilato uidelicet in aliud tempus eo quē in morbis præstāt usu. Sed quod ad sanitatis tuendæ spectat usum, iuuenis in sermone propositus, iam exercitatus redeat ut prius

ut prius est comprehensum. Huic igitur prædicti balnei perexiguus est usus: ut qui omnia iam ex medio cri exercitatione & iam dicta apothepia est consecutus. Nihilò secius tamen si probe balneum adhibeas, ipsum quoque apothepia pars aliqua sit, siquidem duras tensasque partes emollit: excrementum, putredineque siquod intus ad cutem hæret, euocat. uerum neutrius horum egere uidetur propositus iuuenis: nec ullum aut mollioris carnis aut adipis liquamentum credibile est illi inter exercitandum euenire: cum & immodicos & uehementes motus talia sequebatur: huic uero non solum expulsa omnia excrementa, sed etiam emolliæ solidæ partes sunt obiter dum apothepia est usus. Quare clui sibi in balneo sudore & puluere, siquado hoc utitur, magis postulat quæ calefieri. Ergo transire tantum ad solum usque, non in laconico immorari is debet, sicuti qui citra exercitationem seipso elixant. Sed nec morari in piscina huic est opus: immo lotus ut comprehensum est, ad frigidam festinet, atque ipsa quoque medio temperamento esto, utpote ad mediæ temperamenti corpus. Quibus enim aut uehementer frigida opus sit, aut molli, & ueluti insolata: post dicemus. Ceterum optimi corpus quoad augeat, dictum supra est non esse frigida lauandum, ne eius incrementum moretur. Vbi uero abunde est auctus, iam frigida quoque assuescendus: ut quæ tum corpus uniuersum roboret, tum cutem densam duramque efficiat. Quod sane tutissimum est aduersus noxas quæ extrinsecus imminant. Quemadmodum uero quispiam frigida lauari primum incipiet, sic ut nullâ ex subitanea mutatione noxam sentiat: id utique ante omnia sciri conuenit. Multi enim cum parum recte incepissent, adeo in frigida lauationem male fuere affecti, ut nec ipsi qui tutissime eam administrare potuissent, se permitterent. Esto igitur anni tempus æstatis initium: quo uidelicet ante hyemem in toto interposito tempore non spernenda consuetudo pariat. Esto præterea dies quo auspiciabimur, quæ maxime tranquillæ: & quoad id tempus feret, calidissimus. Cuius etiam calidissimam deligendam esse partem nemo dubitet: sicuti etiam gymnasterium, quod medio cri maxime sit temperamento. Et externa quidem præparatio talis est. Corpus ipsum quod uti frigida debeat, ad hunc modum præparabitur. Esto illi ætas quarti maxime septennij medium, nulla nec ipso die, nec quæ eam præcessit nocte, noua re alterato, sed pristinam salubritatem ad unguem seruanti. Esto uero qui frigida utetur, iuuenis, & animo tum præsentem, tum planè hilarem, siquando aliàs, etiam tunc præcipue: ac primum quidem fricetur linteis uberius. Sunt autem frictiones magis nunc quam ante uehementes, atque etiam linteis durioribus administratæ. Quod si manicas consutas manibus progymnasta circumdabit, atque ita fricabit quo fiat opus æquabilis: non minime ad rem pertinebit. Deinde oleo, prout assuevit, fricetur. inde exerceat, exercitationibus multitudine quidem paribus, sed citationibus quæ ante. Ab his in frigidam descendat, non tamen contanter, sed celeriter, uel etiam semel totus insiliat, huc utrobique spectans, ut uno maxime tempore omnibus corporis partibus humor circumsundatur: quippe cum si sensim his accedet, horrorem concitaturus sit. Esto uero & aqua ipsa nec tepida, nec planè cruda & glacialis, altera namque repercussum caloris [non] efficit, altera ferit insuetos, ac refrigerat. Si quidem procedente tempore tali quoque aqua utatur iuuenis, si necessitas exigat, uerum primo saltem die omnino cauenda est admodum frigida. Exeunti uero ab aqua, fricari oleo, idque à pluribus, expedit, quoad cutis ipsa incalcat. Post hæc cibum plus quam consuetum, potionem intra consuetudinem capiat. quæ ipsemet uel iniussus faciet, rite modo omnia sint peracta. Nam à frigida lauatione & plus appetit, & melius concoquit, ac minus sitiunt, ueniuntque ad exercitationes postredie planè meliore habitu corporis quidem male pari ei quæ ante, ceterum compacta, & musculosior, ac uegetior: cute uero durior ac densior. In hoc ergo secundo præterea die similiter omnia sunt peragenda, etiam tertio, & quarto. Postea uero procedente tempore ad eundem modum frigidam iterum ingredi iubebimus, uidelicet post eam quæ priori ingressui successit frictionem, ut prius est comprehensum. Verum tertio eam ingredi, quod nonnullis placuit: non laudo. Nam & iterum id fecisse, abunde satis mihi esse uidetur: præsertim cum pro arbitrio nostro immorari hominem iubere liceat. Ipsum uero immorandi tempus, hic quoque à quotidiana ipsius experientia est coniectandum. Nam si egressus frigidam coloratior ex frictione cito redditur, mediocriter moratum indicat. sin & tardius ei calor redeat, & decolor diutius maneat: plus æquo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus sis, facile intelliges an par tempus postea in frigida sit habendus, an potius ad maius minusue aliquid sit mutandum. Et de frigida lauatione quod ad optimam naturam spectet, abunde dictum arbitror. Superest quemadmodum peccata, si qua inciderint, commodissime corrigas, differere. Vt enim quæ maxime statum corporis irreprehensibilem sortitus quispiam sit, ac ab omnibus quæ in uita contingunt negocijs, liber sit, & sibi uni uiuens: fieri tamen nequit ut non aliquando uel ipse, uel is qui ei præficitur, aberret. Primum igitur non absimile est in id maxime et frequentissime peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ lassitudo appellatur: de qua multis iam non solum medicis aut gymnastis, sed etiam philosophis est proditum, ueluti Theophrasto, qui integrum de ea uolumen scripsit. Ego uero hic quoque longitudini parcens: quæ nonnullis parum recte sunt tradita, ea transire statui: quæ uero maxime sunt necessaria his qui sanitatem tuendam profitentur, hæc unâ cum accommodatis demonstrationibus explicare, ac primum de notione eius agere. Quippe recte se habet, ab hac orsos, sic ad essentiam eius explicandam accedere. Ergo lassitudinis notionem intelligentiamque

Galen.

Tom. 2

m

sunt qui

sunt qui accipiant dum uisti extentiq; sibi esse uidentur, idq; aut omnibus corporis partibus, aut ijs tantum quibus laborarint. quidam dum tristi molestoq; sensu inter mouendū afficiuntur: (hunc alij indicibilem dixere, alij ulcerosum appellaue- re) nonnulli cum membra ceu contusa & phleg- mone obsessa sentiunt. Non desunt & qui simpli- ces hos affectus inter se miscent, & qui tensionis est, & qui ulcerosus, & qui phlegmones speciem præfert. Alij duos ex his miscent, aut eum qui ul- ceris emphasin exhibet, ei qui tensioni assimila- tur: aut eum qui phlegmones sensum affert, seor- sum cum utroque: ita ut sint in uniuersum senten- tiæ de lassitudinis notione septem. Quæ sanè om- nes ut ueræ ex parte sunt, ita in totum simplici ab- solutoq; sermone non sunt. Nam siue ulceris sen- sus cum mouentur se exhibet, siue phlegmones, siue incendi tendiq; uidetur, siue duo quilibet ho- rum, siue etiam omnes coeant: *ῥῆτος* græce dici- tur, id est lassitudo, eorum affectuum unusquisq;. Quo fit ut septem eius in uniuersum differentiæ sint, simplices tres, composite quatuor. Corporis uero quod his sit affectum, remedia, quædam pro- pria cuiusque lassitudinis sunt, quædam omni- bus cōmunia. De his mox dicetur, si prius de affe- ctu quodam qui lassitudines comitatur, dixerō, quem decepti nonnulli prauæ lassitudinem nomi- nāt. is qualis sit, & quas notas habeat, illustrius ap- parebit si cuiusque lassitudinis essentiam prius dis- quisierimus. Hactenus enim ipsa symptomata di- cta sunt. Illa enim, quod incendi tendiq; corpus ui- deatur, & quod mouenti se uel ulceris uel phleg- mones sensus oboriatur, affectiones non sunt, sed symptomata. Affectiones uero corporum quibus hæc superuenire solent, tres simplices sunt, qua- tuor composite. Et ulcerosus quidem affectus ori- tur ab excrementorum copia tenuium simul & aerium. Quæ nimirū inter exercitandū proueniūt duplici ex causa, aut eo excremento quod crassius erat, fuso & attenuato, non tamē toto expulso: aut adipe, molliue carne liquata. Necesse enim est abs- tali humore, ceu tenui atque acri, pungi & quasi uulnerari tum cutem, tum ipsam carnem sic, ut etiam horror interim oboriatur: immo etiam qua- dam tenus concussio commotioq; totius corporis inæqualis, quod græci *ῥίγος* uocant: si modo ad- modum tum copiosus humor is, tum acer sit. Ac- talis quidem est ulcerosa lassitudo. Vbi autem ten- di solum membra uidentur, ulceris uero sensus non est: in hac certe lassitudine nullum excremen- tum de quo ratio ulla sit habenda, in corpore con- tinetur, sed residet in musculis & nervis ex nimia tensione quam exercitando admisserunt, affectus quidam effectricis causæ potestatem testificans. Accidit namq; in uehementi tensione omnes mu- sculorum fibras tendi, non tamen similiter om- nes lassari, sed eas maxime que per longitudinem tensionis porriguntur. Quippe quæ obliquiores quodammodo iacent, minus in directum agūtur. quare his nullum insat periculum. In ijs uero quæ

A immoderatus sunt extentæ, ita ut partium à rum- pendo absint, relinquitur affectio quædam similis ei quæ inter agendum fiebat. quippe tendi adhuc uidentur: cum tamen nulla iam tensione urgean- tur. Tertia uero lassitudinum differentia, qua ni- mirum ceu contusas aut phlegmone obsessas par- tes sentimus, tum maxime solet incidere, cum mu- sculi nimium excalfacti attraxere quippiam ex cir- cumfusis sibi excrementis. Quod si enim tum ten- donibus tum nervis idem affectus incidit: *ὀξύς* græce, quasi ossium dolorem eum affectum nominant: ob penitorem scilicet sensum, parti- bus quæ in alto maxime corpore sunt posite, no- men tribuētes. quippe summum locum cutis oc- cupat. secundum ab ea musculi habent, utique circum ossa positi, at tendones ipsis ossibus ad- hærent. Quo magis rationabile est, cum hi quic- quam prædictorum patiuntur, uideri in imo ac circa ipsa ossa affectionem hæere. Atq; hæc qui- dem solæ tres simplices lassitudinum differentiæ sunt: composite uero ex his, ut iam dictum est, quatuor sunt: de quibus mox agendum, si tamen prius simplices uniuersas absoluerō. Est namque affectio alia quoque, quæ ceu lassitudo sit, nonnul- lis imponit. hæc incidit cum supra iustum muscu- li siccantur, sic ut squalens contractumq; corpus appareat, atque ad motus quodammodo pigrum: non tamen ei quicquam eorum quæ modo dixi- mus, inest: neque is qui ueluti ulceris aut tensio- nis est, multoq; minus qui ueluti phlegmones est sensus. Quippe diuersissimus aspectus eiusmodi affectionis est, & eius quam ultimo loco retuli- mus. Hæc namque [squalens & contractus cor- pus] efficit. At quæ phlegmones sensum præfert, mole etiam quam pro natura ampliore. Quare quatuor in uniuersum simplices affectiones sunt: quarum singulis sua sunt remedia. Ordinandum uero ab ea quæ ulceris sensum inuehit: quam eti- am ab excrementorum acrimonia ortam diximus. hæc maxime in ea incidit corpora quæ & mali succi sunt, & excrementis abundant. Succedit uero recentibus cruditatibus cum aut exercitan- tur immoderatus, aut in sole sunt morati. Cate- rum nihil obstat quin in corpore boni succi citra cruditatem proueniat, utique ob exercitationis ni- mium excessum. Sanè excitare eam solent cele- res ac multi motus. In hac uero lassitudine etiam densa esse horrereq; cutis uidetur. Fatenturq; qui ea sunt affecti, inter mouendum dolere sibi ulce- ris ritu alij cutim tantum, alij subiectam etiam car- nem. Remedium huius ex ijs quæ affectioni sunt contraria, comparatur. Quippe si quæ redundat, euapores: malum cessabit. Sanè euaporabuntur frictione multa molliq; cum oleo à quo omnis ad- stringēdi uis abest, quod genus maxime sabinum est. Aduersissimum uero huic affectioni est quod ex Hispania portatur, & ex Iberia. uocant autem hispanum, tum quod omphacinum uocant, uel *ὀμφοπικόν*, id est crudum. Et, ut semel dictū, quod austerum est, omne id alienū est. A deo gustu ipso

nima

uim eorum discernere licet, etiam si de ipsis ante A periculum non feceris. Sic namque & nos quondam in Macedonia degustato oleo quod fit circa Aulonem, qui est super Strimonem, deprehendimus eandem cum Hispano uim habere. Quin & reliquorum omnium olei generum ita deprehendas uires, etiam quaecunque per abusionem nominant, ex sale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex folijs uel fructibus, propterea uidelicet quod hæc habent. Dictum uero abunde de his omnibus est in operibus ijs quæ de medicamentis inscripsimus: nihilo tamen minus etiam in proposito opere dicetur suo loco. Illud tantum in præsentia dixisse satis sit, quod planè dulcissimum oleum est, id esse ad propositam affectionem maxime accommodatum. Hoc igitur copioso cum multa frictione utendum: primo quidem die quod suspectam forte lassitudinem omnino declines; secundo uero ut si qua incidit, discutatur. Discutit porro eam exercitatio quæ apothepia dicitur: in qua scilicet motus adhibeas quantitate mediocres, qualitate tardiores, idque cum frequenti interposita his quiete: qua utique fricare hominem oportet pluribus cōtrectantibus, quod nec refrigerat pars ulla, & ocylissime excrementa digerantur. Porro frictionum plus adhibebitur in ijs qui in cute & sub cute excrementorum collectam uim habent: motuum uero, quos ipsemet edat in altera lassitudine: scilicet in qua plus est in ipsis musculis cōgestum. Quæ enim in his coacta excrementa sunt, sola frictione educere non potest. his enim opus est non solum ab aliquo foris attrahi, uerum etiam ab altero quopiam intrinsecus impelli. Impellit ea partim calor ipse qui per motum accenditur, partim spiritus qui una emittitur, partim ipsa musculorum tensio: super hæc uero ipsa singularum partium excretoria alieni uis. Altera uero lassitudo in qua tensio sentitur, illud pro remedio postulat quod Hipocratici graece χαλασις, id est relaxatio dicitur. Ea nanque tensioni contraria est, ad eum modum quo duritati mollities. Ait enim ita: Cutis duræ mollitio, distentæ remissio. Ceu duro molle, distento remissum laxumque contrarium sit. Sanè remittitur quod distentum est, in alijs quidem affectionibus quos in quinto De simplicium medicamentorum uiribus diximus, alia ratione. Quod uero per exercitationem incidit, tum pauca mollique frictione, eaque ex oleo dulci, atque egelido, tum intermissione medijs temperamenti, atque in calida pluscula mora. adeo si bis ter uel lauabis, plus proderis. Hi uero & post balneum ungi desiderant prius quam uestiantur. Quod si propter sudorem forte aliquem pingue deterferint, rursus ungi desiderant. Quinetiam postero die cum è cubili surgunt, ungi his expedit: nunquam tamen oleo ultime frigiditatis, nec dura frictione. Incidit certe huiusmodi lassitudo ijs quibus salubris succus est, post robustas potius quam celeres exercitationes: redditque lassatos ipsos pigros admodum, ægreque flexibiles, A

Galien.

Non tamen hi densi horrentesque apparent, quemadmodum quos paulo ante comprehendimus; ceterum contracti aridique non minus ipsis apparent: tractu uero calidiores uidentur non solum ijs quos ulcerosa lassitudo urget, sed etiam quam ipsi met cum sani essent. Tertia lassitudo ex uehementissimis nascitur motibus: solaque supra naturalem habitum musculos attollit, sic ut phlegmonæ perfrimilis affectio sit. Itaque & leui tactu offenduntur, & calidiores apparent. Dolent uero etiam si ipsi per se moueri conentur. Incidit hæc lassitudo ijs plurimum qui assueti exercitationibus non sunt, (nam exercitari assuetis raro incidit) utique ex uehementissimis plurimisque motibus. Sanationis uero eius consilium ad tria dirigitur, eadem fere ad quæ omnium phlegmone obsessorum, nempe superuacanei uacuationem, extenti requiem, & inflammationis refrigerationem. Ergo & oleum copiosum ac tepidum cum frictione mollissima, & longissima in medijs temperamenti aquis mora, huiusmodi lassitudines emendat. Quod si paulo tepidior aqua sit, plus proderit. Ad eundem modum multa quies, & unctio assidua, denique omnia quæ id quod lassatum est, quiete lenimentoque recreent, ac quod superuacuum est, per halitum digerant. Sed putet fortasse quispiam lassitudinem hanc nec simplicem esse, nec à duabus iam traditis tertiam, sed ex his compositam, nec aliunde constantem quam ex neruorum partium tensione, & ulceris sensu. calorem nanque qui in huiusmodi lassitudine sentitur, in alijs quoque naturaliter inesse, ueluti in memoratarum utraque: nec tamen complende notionis substantiæ uel partem esse ullam. Verum illud huic uni egregie præter ceteras inest, nempe maior quam pro naturali habitu tumor, tum quod nec grauitas sensus similis in hac & tensionis lassitudine habetur. Quippe in illa tendi, in hac contusos esse usque ad ossa neruos putant qui ipsa laborant. Quare in his saltem proprium à reliquis duabus discrimen habet, nec est composita tantum. Tres igitur siue corporis status, siue affectus, siue quid aliud dixisse uelis, hi sunt. Est alia quedam super has quarta, similis quidem lassitudini, non tamen lassitudo, quod neque ulceris, neque tensionis, neque phlegmones affectum præ se ferat, sed nec horrorem ullum dolorem uel, nec pigritiam ad motus quemadmodum lassitudines intert, sed gracilitatem tantum ariditatemque facit. Incidit quidem hæc in corporibus boni succi, & exercitationi assuetis, ubi immodice exercitata, parum rite apothepia sunt usa. Quippe ita & digeruntur excrementa, & quæ tensa fuerant, laxantur: nec aliud in corpore relinquitur præter siccitatem quam ex immodico motu contraxerunt. Postulat autem primo die nihil sanè diuersum ab ijs quæ prius dicta sunt, præter calidioram aquam, quæ sensim contrahat & calfaciat & roboret cutem: secundo die apothepiæ exercitatio, nem, quæ tum in motu tum frictione & pauca & mollis & tarda sit. præterea solum similiter calidum

Tom. 2

m 2

dum

dum. Verum protinus in frigidam exiliant: quò uidelicet ipsis robur in cute unà cum calore confert. Nam & minus in sequenti tempore per habitum amittunt, & facile in carnem cutemque nutrimentum resumunt, quo maius his commodum nullum profecto inuenias: ut qui nullum notabilem affectum præter carnis gracilitatem ariditatemque habeant. Quippe postulat (arbitror) tale saltem corpus nutriri simul ac madefieri. quorum utrumque ex humido nutrimento optime assequetur. Quoniam uero facta semel mentio de uictu post balneum est, non alienum fuerit & de eis quæ ad lassitudines pertinent, præcipere. Ulcerosa igitur lassitudo post legitimam apothera- piam consuetum nutrimentum desiderat, aut etiam parcius, præterea humidius. Quòd si in ipsa apothera- pia in quartum migraverit affectum, (asoleat enim ita plerumque fieri) pro ipsius ratione tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tensionem lassitudo præfert, ea etiam magis quam ulcerosa parce nutriri postulat. Quæ uero phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes tum humidissimum, tum minimum, tum uero quod refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni succi tamen nutrimentum omnes qui lassitudine grauantur, iuxta postulant. quali nimirum propositus nobis iuuenis adhuc integer utebatur. Cauendus tamen in ulcerosa, & ea quæ phlegmones sensum exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excrementorum digestionem moretur. At in tensionis lassitudine etiam exhibendum eiusmodi nutrimentum est, sed minuto eius modo. Quo minus mirum est si multiplex pugna non plebeijs modo inter se, sed etiam doctis & inter se & cum plebeijs oritur, dum neque de exercitationibus, neque frictionibus, neque balneis, neque uictu lassatorum, consentiunt. Quippe alios affirmare audias lassitudinem lassitudine esse abolendam, alios laborem quiete sanari, alios parcius nutriendos qui lassitudine premuntur, alios contra non modo de consueto nutrimento non demendum quicquam, sed etiam tanto plus adijciendum, quanto plus se fatigauerint. (ad portionem enim laborum, nutrimentum exhibendum) alios rursus nec adijciendum quicquam nutrimenti modo, nec etiam demendum. Ad eundem modum balneo quoque utuntur, alij ex aquis medijs temperamenti, alij calidioribus, alij tepidioribus. Nam & experientia ad id tantum probandum quod usu sæpe usurpauit, quemlibet impellit: & præterea ratio, utpote quam quisque abolutam se habere putauit: ut supra dictum est. Verum cum unum tantum lassitudinis sensum traderet, reliquis ceu non sint, præteritis: eius tantum modo quam nouit, remedium docuit. Ergo uerum est & quòd lassitudine lassitudo soluitur, cum uidelicet hesternis exercitationibus pares postriedie adhibendas uidetur expediens: & lassitudinis medelam esse quietem. quippe id consilij partim in ijs quæ ex congestis excrementis lassitudines consistunt, ac præcipue ubi in musculis excreme-

ta hæserunt: partim in ijs quæ tensionis & phlegmones emphasim præbent, utile uidetur. Iam illud quoque uerum est, qui lassitudine grauantur, eos parcius esse nutriendos. Id enim conducere uidetur ei qui phlegmones sensum præfert. Verum præterea est & ex consuetudine esse nutriendum. Id nanque in ulcerosa lassitudine ubi recte apothera- pia sunt usi, fieri obseruatum est: sicut etiam uberius cibandum in eo affectu quem similem lassitudinibus diximus, in quem ex ulcerosa quoque nonnulli transcunt. Simili ratione & medijs temperamenti aquis esse lauandum in ijs quæ ex redundantia superuacuum natæ sunt, uerum fateor. Sed nec illud uerum negem, eiusmodi aquis non esse utendum, nec in ea quæ phlegmones sensum præfert, cum tepidiores hæc desideret, nec in ijs qui similem lassitudini affectum sentiunt, hi nanque calidiores uolunt. Sunt & qui eum affectum lassitudinem esse putent. Alij, quinam affectus sit, non dixerunt. In quibuscumque uero suspicio futuræ lassitudinis subest, suradent calidior aqua in balneo uti: causamque assignant, sicut ipsi supra retulimus, alij distributioni in corpus, alij nutritioni, id genus balnei conducere dicentes. Non tamen rationem ullam afferunt cuius gratia eiusmodi distributione & nutrimento prohiberi lassitudo possit. Sed nec omnino qualis sit ipse lassitudinis affectus, scribunt. Nam maior eorum pars nihil dixit. Qui uero dicere ausi sunt, siccitatem esse definiuerunt. Ac quòd nutrimentum siccitati medetur, præfertimque humectans, quæ tamen conditionem maior eorum pars non adiecit: est sanè uerissimum. Cæterum nec remedium id nec cautio lassitudinum est. Sed cum (uti dictum est) membra sicciora sunt facta, nulla tamen nec tensio subest, nec tenuis acresque excrementum, nec phlegmonis similis affectus: reficere nutrimento humectante expedit quæ exhaustio humore sunt siccata: quædo nisi abunde nutrias, & gracilius & aridius quæ fuerat, postero die corpus cernes. Atque hunc affectum nonnulli lassitudinem rati, cum existimant calidior balneo, & plenior cibo, ne incidat prohiberi. Illud tamen quorundam, sicuti etiam Theonis, demiror, si iam factam lassitudinem similiter sanari non putant. Nam siue quem modo memorauimus affectum, uelit quis esse lassitudinem: nutrimento illum & soluere debet, & ne fiat prohibere. Siue reliquorum quemuis eorum qui ueræ lassitudines sunt, utique parcius in omnibus hominem nutrire, & cum adhuc instant, & cum iam occupant. Illud enim dici non potest, talem saltem affectum qui lassitudinibus succedit, nisi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquam migrare solere. Nam si ipsa solum siccitas in eo uisitur, præter gracilitatem nihil sequetur amplius. Si uero caloris quoque quippiam simul adsit, iam febricitare metus est. Verum non idem sunt lassitudo & febris: tamen si maxime eorum qui lassitudinem senserunt, nonnullos febris male habuit. Sanè Theonem mirari subit hæc in quarto

quarto de particularibus exercitijs, ubi de absoluto exercitio agit, scribentem: Cum lassitudo aliqua eos qui ita exercitati sunt, postero deinceps die ferè sequatur: *ῥεσολουσία*, id est feruentis aquæ lautio, minus lassitudini obnoxios reddit, summa corporis accendens. Deinde sic græce subiicit: *ἡν αὐτῇ σικνίας τρόπον τῇ λαμβανομένῃ τροφῇ ἐπισπόμεναι τοῖς κεκμημένοι ἀντιδίδηται νόσοις*. Is enim præter alia ueluti ænigma quoddam uerbum *ἀντιδίδηται* in contextu apposuit. possis enim ita intelligere, quasi summa corporis cucurbitæ more nutrimentum trahentia, partem aliquam eius neruis quoque dispenfent: possis & contra, quasi summa corporis cucurbitæ modo id quod ad neruos ferebatur alimentum ad se trahentia impartiant. Ita nimirum, ut priore intellectu ad eutrophian, id est nutritionem refectionemque neruorum conducatur excelsa cūctis: (quippe hanc arbitror eūper *ἐπιφάνειαν*, id est summa corporis, significare) posteriori uero ad *ὀλιγοτροφίαν*, id est parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipsis uerbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex ijs uero quæ tum alibi tum in sextodecimo Gymnasticon scribit; minus nutrimenti post absolutum illud exercitium dari censet, quanquam ne id quidē quæ ratione inductus suadeat, usquam docuit. Datū enim minus quàm ex consuetudine nutrimentum, aut propterea quod par opus non est, aut quod concoqui id non possit. Ac prius quidem in ijs qui plurimum se exercitarunt, uerum non est: posterius alibi uerum, alibi certe falsum est. Sicut enim imbecillior concoquendi uis est, uerum. Sin secus, falsum. Inaudienda uero concoquendi facultas est non ea modo quæ in uentriculo aut uenis aut iecinore agitur, sed etiam quæ in singulis particulis: ueluti in ijs de quibus sermo habetur, musculis: in quibus utique uel maxime affectus is de quo disputo, continetur. Quippe largius inter exercitandū exhausti, [& imbecilliores] & graciliores redduntur. Ergo si hæc leuiter his contingat, utique conficere cuius indigent nutrimentum poterunt. Quorum Theon nullum omnino neque intellexit, neque distinxit. Omnino enim non ratione aliqua, sed experientia (sicut ipse fatetur) post absolutum illud exercitium calidiorem aquam utilem esse obseruauit. Sic enim deinceps scribit: Illud uero siquidem rationem habet in promptu, fortunæ id beneficio ferendum acceptum est. Sin minus, quod affecta testantur, id non admittendum: licet quis certam rationem simul se subiiciētem non habeat. Ergo si planè explorato affectu in quo calidam laudat, causam fateretur ignorare, merito dignus ueniā esset. uerum cum citra exceptionem, utilem esse absoluto exercitio *ῥεσολουσία* pronunciat, (ita enim hanc appellat) possunt autem alij quoque complures affectus id genus exercitationis excipere: accusandus merito est, quod deinceps singulos non discreuerit. Ipse nanque nouit etiam quæ phlegmones sensum exhibet, huic

Galen.

A exercitationi superuenire: sub qua nimirum in maiorem quàm pro natura molem attolluntur fatigatæ partes. Etiam alteram, quam unam scribit, utique generali symptomati attentus, quod incrementum non naturali est contrarium. Quippe graciliores in reliquis duabus lassitudinibus redduntur, atque etiam in eo affectu de quo agitur. Cæterum non quemadmodum trium affectuum unum symptoma commune est, ita & affectus unus est. Ac in eo quidem qui ex neruosarum partium tensione consistit, calidiore quàm ex consuetudine lauari non oportet. Simili ratione nec in ijs quos excrementa excitant. In gracilitate uero quæ citra hæc consistit, expedit calidiore aqua quàm quæ medicriter se habeat, lauari. Contrahitur namque hic affectus exhausto uehementius inter exercitandum corpore, eo modo quo in diutina fame accidere solet. Itaque etiam sic affectorum resectio, in appositione, & quod detractum est reponendo, consistit. Id quod certe accidere cute adhuc laxa nequit. Cogere ergo hæc densareque ac adstringere prius oportebit, si qua plenioris nutrimenti expectanda est utilitas. Sanè cogit claudique tum frigida tum feruens aqua. Verum a frigida lædi hominem metus est: utpote qui iam ex multa exercitatione et laxior est redditus, & uacuuus. Ex feruenti ut noxa certe nulla, ita secunda in cute densitas paritur: ipso qui in ea derelinquitur calore, non nihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigida nimium debet qui ita est lautus, sed, ueluti id saltem rectè à Theone obseruatum est, cauere in frigida moram, ut quæ feruentis lauationis commoda frustraretur. Sanè ita errare Theonem, ut quod uni affectioni conueniebat, omnibus quadrare præciperet: in causa erat corporum quæ exercitabat habitus. Siquidē athletas exercuit, qui ex absoluto illo exercitio ad quartum erant affectum opportuni, in tertium raro incidebant. Itaque quod sepe obseruauerat, ceu perpetuum prodidit. Quod si aut uitiosi succi homines, aut mali habitus, aut laborum insuetos, aut imbecillos, aut minime iuuenes exercuisset: in eiusmodi quidem raro, in reliquos uero affectus sapissimè incidere uidisset. An & hoc quoque dicere fortasse est superuacuum: cum ipse quoque fateatur post preparatorium exercitium feruenti esse balneo utendum? Id uero exercitationis genus solis athletis in usu est. Atqui dicat aliquis illos sponte, & quodam circuitu, alios uero multos uel necessitate, uel uincendi studio, uel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verum hi saltem post immodicos labores necesse est uel unum uel plures lassitudinum affectus prius contrahant. Itaque ijs duntaxat corporibus quæ bona habitudine sunt, quartus affectus incidit: cuiusmodi sunt tum athletarum qui bene sunt curati, tum propositi nunc in disputatione iuuenis. Et quisquis absolute pronuntiabit, post uehementissimas exercitationes calidioris solij usum esse idoneum: is ut in uno certe statu uerū affirmabit, ita in tribus

Tom. 2

m 3

plane

planè fallitur. Sunt uero per uniuersam tuende ua-
lerudinis artem & alia non pauca quæ tum medi-
ci tum gymnastæ fallò prodiderunt: quorum unū
omnium caput est cōfusa indiscretatq; obseruatio:
dum quod in unico quisq; notauit affectu, id mul-
tis tribuit. Quinetiam affectio quædam est prædi-
ctis proxima, quam ipse græce *σύνωσις* appello:
de qua cum de lassitudinibus disputationem absol-
uero, mox dicam. Simples enim earum differen-
tiæ tres sunt; de quibus iam egimus. post has ex bi-
nis copulatis aliæ fiunt tres. Ab ijs uero septima
est, ubi in unum coeunt notæ. Remediū uero com-
mune in omnibus consilium est, ut ei quod super-
rat, sis intentus: nec tamen quod reliquum est, pla-
ne contemnas. Proprium uero ab ipsis membra-
tim affectibus accipiendum est. Ac uniuersas qui-
dem cōiugationes percurrere, longū sit: sed quod
ad claritatem sit satis, unico exemplo res perageſ.
Si igitur & intumuisse musculi cernuntur, & con-
tusi putantur, præterea uel ulceris sensus, uel tensi-
onis lassitudo unā cum excrementosa hominem
male habet: apothērapia utendum, quæ utrunque
respiciat, magis tamen id quod est maius. Non est
autem in omnibus rebus unius rationis ipsius ma-
ioris natura, sed alibi pro uiribus & quasi dignita-
te rei, alibi pro ipsius propria essentia spectanda.
Ac dignitate quidem & uiribus maior lassitudo
est quæ phlegmones sensum præfert, q̄ excremē-
tosa: utraq; tamen ipsarum sic propria ratione ef-
ficientie magna paruaq; esse potest, ut si sola seorsum
consisteret. Si igitur utraq; pari intervallo à natu-
rali habitu recessit: quæ phlegmones similis est,
præcipuam curationis sollicitudinem ad se cōuer-
tet, utpote dignitate pollēs. Sin exigue quæ phle-
gmonen plurimumq; ulceris sensum repræsentat,
à naturali habitu recessit: æstimandum num tantū
superet magnitudine ulcerosa, quantum quæ phle-
gmone similis est uiribus: an minus, an magis. atq;
ita quod pollet, explora. Quod si æqualiter pol-
lentes uideris, pari studio est utriq; consulendum.
Atq; hæc ratio perpetua sit omnium coniugatorū
affectuum. Sicuti uero lassitudines ipsæ numero
tres, si inuicem coniungas, quatuor coniugatiōes
efficiunt: ita sanè si quartum his affectum adiūgas,
multo plures existent. Quod dicimus, ex descrip-
tione licet clarius intelligas. In ea primum locum
ulcerosus habeto. Secundum, in quo tensio est
molesta. Tertium, qui phlegmone similis. Quar-
tum gracilitatis, id est in quo corpus emacuit.
Ex his igitur aut primus cum secundo coniunge-
tur, aut cum tertio, aut cum quarto: aut rursus se-
cundus cum tertio, uel quarto: aut denique tertius
cum quarto: ita nimirum, ut ex binis coniun-
ctis affectibus sex in uniuersum complexionēs o-
riantur. Rursus cum tres unā miscueris, quatuor
aliæ fiunt. Nam aut primum iunxeris cum secun-
do & tertio, aut cum secundo & quarto, aut cum
tertio & quarto: aut rursus secundum cum tertio
& quarto. Postrema omnium complexionum erit

ubi quatuor simul coierint: ita ut undecim nume-
ro in totum fiat. Erant uero & simplices quatuor.
Efficiuntur itaq; in uniuersum quindecim. Simpli-
ces affectus: Vlcerosus, A. Tensionis, B. In quo
phlegmones sensus est, C. Gracilitatis, D. Cōpo-
siti, AB. AC. AD. BC. BD. CD. ABC. ABD.
ACD. BCD. ABCD. Quod si præterea occlusio
cutis, (*σύνωσις* græce uoco,) differentias tum se-
cum tam uero cum his quindecim cōplicueris, ali-
as rursus cōplexiones effeceris plurimas. Si ue-
ro eos quoque corporis status qui aut à cruditate,
aut uenere, aut deustione, aut uigilia, aut dolore in-
cidunt, adiunxeris: ne numero quidem uniuersas
facile cōplectare. Prætereo nunc quæ uel *πληθύνει*
πας, id est succorum æqualiter se habentiū redū-
dantiam, uel *κακοχυσίας*, id est uitiosi succi copi-
am, uel adstricti uel lubrici uentris, uel uomitus,
uel grauati capitis, uel partis cuiusquam alterius,
uel in summa quicunq; in symptomate aliquo af-
fectus consistunt. dicitur em̄ post de eiusmodi om-
nibus. Nunc uero idcirco eorum maxime memi-
ni, ut complexionum multitudinem quanta esset
indicarem. Mirari em̄ licet eos qui de syndrome,
id est concursu horum, uel curationem, uel euen-
torum prædictionem obseruasse se prædicant. V-
nica nanq; ratione & præſagire & commodemē-
deri fas est: utiq; sicut Hippocrates docuit ubi sim-
plicis cuiusq; negotij sciendam uim esse censebat:
ueluti ipse nunc in quatuor effectibus præmōstra-
ui. Vnusquisq; enim si per se consistat, simplex re-
medium exiger: sin alteri sit coniunctus, pro ea me-
thodo quā paulo supra de omnibus cōiunctis af-
fectibus præscripsimus, [corrigetur.] Ergo cū hæc
ita se habeant, redcundū rursus ad simplices affe-
ctus est: quorū à iam dictis proximis erant quos ste-
gnosis excitabat. (uoco ita meatuum cutis uitium
quo transmittere superuacua prohibetur.) Incidit
is affectus aut obstructis meatibus, aut dēſatis. Sa-
ne densationem eiusmodi *μύσις* Græci, id est cōni-
uentiā appellant. Ac obstructio quidem ex lentis
crassisq; excrementis oritur cum confertim ad cy-
tim ruunt: densitas tum ab ijs quæ adstringunt, cū
quæ refrigerant. Verum obstrui propositi nobis
corporis cutis, si ad præscriptam ratiōem rite aga-
tur, non potest: densari certe aliquādo potest, tum
ex ualido frigore, tum aluminoso balneo. Fieri au-
tem potest ut & post balneum sudorem uē, atq; ali-
am aliquā ob causam laxata prius cute, auræ fla-
tus incidens obstructionē quampiā densationē,
que efficiat. Ac deprehenditur quidem iam dictus
affectus protinus ubi se exuerint, ex colore albo,
& cutis tum duritie, tum densitate. In ipsa uero ex-
ercitatione, ex eo quod ægre incalescant: quando
nec ut prius æque sudant, nec bonum colorem in
summa cute ostendunt: immo si quis eos ualentio-
re exercitatione inuicta sudoris quippiam emitte-
re cogat, & minor hic quā ex consuetudine, &
frigidior exit, minusq; halitui similis. Remedium
huius affectus calefactio est, quippe ea frigiditatis
contraria

contraria est. Valentiore ergo exercitatiōe, ac bal-
neo calidiore utendum. Magis quoque ad rem per-
tinebit, si in prima domo pinguiter in oleo uolu-
tetur. Esto uero oleum ex eo genere quod relaxet,
cuiusmodi est in Italia Sabinum. quod utique ad e-
iusmodi affectus etiam est utilius si bimū trimū
ue sit. Id nanque tum tenuius, tum calidius fuerit.
Mora uero in frigido solio diuturna ne sit; sed nec
aqua ipsa frigida. Induendi uero ungantur aliquo
quod mediocriter calfaciat: oleis quidem, ex ijs
quæ in Aegypto habentur, cicino, & raphanino:
in reliquo uero orbe, dulci, tenui, ac modice anti-
quo. unguentis uero, fusino, gleucino, irino, ama-
racino, & comacino. Atque ex his gleucinū quidē
prorsus acopum est, ac relaxans: itaque etiam ijs
quos uehemens lassitudo infestat, est utile. paulo
hoc calidius, magisque relaxās fusinum est. Irinum
uero, & amaracinum, & comacinum, etiam fusi-
no calefacere potētiora, ijs affectibus qui proprie
frigiditates dicuntur, sunt idonea. Cutis tamen
densitati sanandæ etiam anethinum est satis; maxi-
me si ex uiridi anetho fiat. Facit autem & ad tales
affectus, sicuti etiam ad uehementes lassitudines,
& acopum quod ex abietis semine componitur.
id quemadmodum preparandum sit, post dicitur.
Nunc enim uel hæc mihi supra iustum apposuisse
uideor. siquidē q in optimo est corporis statu, & li-
beram delegit uitam, nec in ea quicquam delin-
quit, & cui peritissimus tuendæ sanitatis artifex
præficitur: in hunc uerisimile est morbosos affe-
ctus non admodum incidere. Redeamus itaque ad
pensum denuo: relictisq; uestione, refrigeratione,
cruditate, uentris profluvio, reliquis id genus, (sa-
tius enim est in unum ea uolumen cōficere, quod
de morboris symptomatis inscribemus) in præ-
senti de ijs quæ post uenerem adhibentur exerci-
tijs disseramus: quippe cum de his parum conue-
niat: alijs ita exercitandum ab hac putantibus, ut
in exercitatione quæ apotheraia dicitur: alijs ut
in preparatoria. Esto uero preparatoria exercita-
tio nec in quantitate laborum intra modum, & in
qualitate ipsa incitatio ac celerior. Ac qui apothe-
rapeutica quidem utendum censent, ij sicuti in fa-
tigatis, tum uires diminutas, tum corporis siccita-
tem suspectas habent. quorum utrumque & a con-
cubitu, & ab immodica exercitatione sentimus.
Qui uero preparatoriam adhibendam uolunt, ij
raritatem atque ad sudores præoptitudinem præca-
uent. quæ apotherapeutica intendi, ediuerso præ-
paratoria emendari putant. Ipse laudatis utrisque
propterea quod ueritatem ex parte uiderunt, sen-
tentias eorū in idem conferam. Nam & instauran-
das uires esse, & laxitatem cogendam, nec siccita-
tem adaugendam fatentur utrique. Vna discretio
desideratur in utrisque, ueluti & in compositis o-
mnibus affectibus supra a nobis est dictum, et nūc
nihilominus dicitur. Cum enim in idem uarij affe-
ctus coierunt, hi si unam medendi rationem indi-
cent, utiq; intendi magis rationem eam conueni-

et, quàm si singuli seorsum cōsisterent. Si contra-
rij sint: is qui uincit affectus, prius est corrigendus:
ita tamen, ne reliquum omnino negligas. Ac qui
uel propter ætatem, uel etiam alia ratione imbecil-
les concubuerunt: in ijs uirium infirmitas necesse est
superet. Qui uero firmiores & iuuenes, ueluti qui
nunc est propositus: horum habitus corporis in ra-
ritatem magis quàm uires in imbecillitatem mu-
tatur. Itaque etiam corriguntur hi non per ea quæ
corpus relaxant, qualis est exercitatio quæ apothe-
rapia dicitur, sed per ea quæ cogunt ac contrahūt,
qualis est preparatoria: proindeq; hac utendum:
quandoquidem ea non solum motus tum celeri-
tate tum robore calorem excitat, sed etiam habi-
tum cogit ac cōstringit. Illud quoque fatentur gym-
nastæ omnes, ipsa profecto experiētia edocti, hæc
unam exercitatiōē mederi raritati posse. Itaque
nulla planè ad propositum affectum utilior est. Si
uero anni tempus non dissuadeat, nec a frigido
balneo abstinendum esse censeo. Cibus in modo
quidem dabitur minor, in qualitate uero humidi-
or, ut dum probe concoquatur, tum siccitas quæ
ex uenere cōtracta est, corrigatur. Debet uero nec
frigido temperamēto esse, sed uel medio, uel cali-
dior. Nā quoniā corpus a uenere & laxius, & fri-
gidius, & imbecillius, et siccus est effectū: debent
planè quæ densent, & calfaciant, & uires reparēt
adhiberi, atque ad hæc studium omne impendi. Cæ-
terum quod efficere hæc uenus possit, id docere,
ad præsentē disputatiōē non pertinet, in qua pro-
positum est, quemadmodū optimū corpus q; com-
modissime post ueneris usum exercetur, ostendere.
Quod sanè cōmode fieri non potuit nisi prius tra-
dito cuiusmodi affectus sit qui succedere in cor-
pore a uenere solet. Verū nūc id cōcedi nobis po-
stulamus. In sequentibus cum euidenti demonstra-
tione dicitur, tum quæ ueneris facultas sit: tū pro-
sus utenda sit necne: tum quænam ex ea cōmoda
incommodaq; pro corporum statu, & temporis
anni ratione, & loco, & alijs id genus, quæ utique
determinare præterea oportebit, eueniūt. Post ue-
nerem ergo species exercitatiōis ea esto, quā præ-
paratoriam uocāt. Post uigilias autē, uel tristitiam,
uel ambas, quæ apotheraia dicitur exercitatio
idonea est, si tamē cruditas absit. nam si qua crudi-
tas subest, omnino exercitandū non est. Quod autē
post tristitiam & uigilias iam dicta exercitatio ad
rem pertineat, etiā usus ipse ostendit: cum ab alia
qualibet non solum lædi cernuntur, sed etiam im-
perantes, si forte dolor adhuc angit, parum æquo
animo ferre. Idem ratio ipsa confirmat, nō minus
quàm usus. Nā quoniā a uigilijs & tristitia magis
graciles, magisque aridi, ac minus dicto audientes
planè cernunt: siccus existimādum est his reddi-
tum esse corpus. Eiusmodi uero affectus partim
molli frictiōe cū multo oleo, partim tēperato bal-
neo sanat, partim agitatione, sed quæ & tarda sit,
& citra ualentiorē nixum, ac quæ subinde quie-
tem interponat. Is uero apotherapeutici exercitij
modus

modus erat. Ad eundem modum eae quae ab ira A uel potionis penuria siccitates fiunt, corrigendae sunt. Contraria prorsus à iam dictis ratione humiditates emendare conueniet: siue hae nimiae portio nis, siue alia quauis occasione inciderint. Quippe studium in his ad siccitatem dirigitur. Verum ea communis omnium ratio est, membratim enim unicuique differentiae sua est. Igitur si ex longiore desidia, & humectantis alimentum immodico intem pestiuoque usu contracta humiditas est, longiore re medio est opus. Sin ex liberaliore portione quae pri die sit hausta, citra ullum capitis aut oris uentris affectum constiterit, eam uel unico die persanes li cet, si sicca frictione largius, & exercitatione uelo ci, & pariori portione, & siccioris cibo utare. Quip pe quae immodica ex uini portione humiditates B consistunt, si ex ea re noxa capiti aut ori uentris com munita est, de his agi hoc loco opus non est. di cetur enim de ipsis cum de morborum symptoma tis tractabitur. Quae uero humiditas ex diutina ad modum desidia nascitur, haec in propositum cor poris statum omnino non cadat: aequae ut nec ea quae ex humectantis natura cibi copia gignit, qua les fructuum plurimi sunt, itemque olerum, quae uti que acris non sunt, si quando tamen acciderint, se mel & confertim corrigi non possunt. Nam si ea tenus se fatigabit homo, dum habitum abunde sic cet, in lassitudine incidet: ac febricitabit omnino diaria febris. quod si uitiosa praeterea humiditates fuerint, etiam febris quae in plures extendatur di es. Tempore uero sanari possunt: ut post dicemus, C ubi uitiofas intemperies uertere in melius docebi mus. quippe similis providentia acquisititij affe ctus est, & naturalis intemperamentum. quare nunc de ipsis differere non oportet. Reliquum igitur est ut de matutina uespertinaque frictione agamus, non ad eum tamen modum quo Quintum respondisse di cunt, cum percontanti gymnastem quae unctio uim habet, respondit, Vestis sum mouenda. isdem e nim quibus nunc usus sum uerbis, tum gymnasten rogasse, tum Quintum respondisse ferunt. Simile Quinti apophthegma est & quod de urinis circu fertur: nempe eas nosse, ad pictorem pertinere. Etiam illud quod de calido, frigido, humido, & sicco aiunt, utique balnearum ea esse nomina, quae ipse sane nemini uel Thessali affectatorum impu D ne dicere, nedum Quinto permiserim. Quippe scur rarum eiusmodi facietia sunt, haudquaquam ho minis tam grauem artem profitetis. Satiuste igitur sit in proposito iuueni ad hunc modum de matu tina frictione differere. Is namque aut ex summo ali quid de quo queri possit, non sentit: aut lassitudine grauatur aliqua: aut alia quapiam affectione offen ditur earum de quibus paulo ante statim post lassi tudinis affectus haecenus differui. Ac si de nulla quidem re conqueritur, superuacuum est eum aut fricare, aut ungere: nisi si quando ingenti frigori oc

currendum uidetur. Tum nanque ueluti qui fri gida sunt usuri, sic eos quoque frictione praeparabi mus. Si uero lassitudinis sensus ullus appareat, iam dictum est hominem tum & ungendum esse, & mol liter fricandum. Simili ratione si siccior iusto sit, unguendus dulci oleo est, (nam id sicca corpora humectat) fricandusque ut omnino parcissime, ita nec duriter, nec molliter est. Quippe succurrere digestionem in corpus oportet, non cutis carnis ue habitum mutare, neque etiam quod in his contine tur, quicquam educere. quorum mollis utrumque, dura alterum facit. siquidem haec cutem densat du ratque: mollis per halitum euocat, ac corpus laxum molleque efficit. Verum cutis densitatem corrigere sifitudes, utique ei quae ex duris tum frictione tum pertractione, praeterea uehementi exercitatione, & multo puluere orta est, mollis frictio cum copio so & dulci oleo medetur. Quae uero contracta ex fri gore est, eam primum frictione sicca ac celeri, de inde cum oleo adhibito calfacientes, naturae suae re stituemus. Laxitate uero quae & frequens balne um, & mollem frictionem, & ueneris usum conse cuta est: pauca frictione, primum quidem sicca, de inde cum oleo quopiam eorum quae adstringant, sanaueris. Humiditatem uero quae nimiae portioni succedit: sicca frictio, et cum linteis administrata, uel cum manica, quam *χαρπία* Graece uocant, inter dum etiam solis manibus, idque uel citra omne pin gue, uel cum eo plane exiguo corrigit. Sit autem et quod per halitum euocet oleum ipsum dulce, omnisque ad stringentis facultatis expertus. Atque ita quidem se ha bet matutina frictio. Vespertina uero ipsa utilis est quos uel lassitudo ualida premit, uel siccitas male habet, uel atrophiam macerat. ita uocant Graeci cum corpus ex alimento fructum non sentit. Verum atro phias symptoma nunc praesertim seponatur una cum reliquis morborum symptomatibus: quae post tra ctantur. In proposita uero natura cum uel ualida lassitudo, uel immodica siccitas corpus afficit, prandium minus esto: tum ab eo ad coenam lon gius interponatur tempus. plurimum quiescat: exi guum tamen quippiam inambulet: quod cibus per erectam agitationem concussus subsidat. Utilius etiam sit si & aluum exonerare possit. His etenim probe peractis securus oleo dulci frices. uentrem tamen omnino non contingas: cum alioqui peri culum sit ne & cibum deterius concoquat, & suc cus quispian ex eo semicrudus in corpus digeratur, & caput turbetur, & stomachus subuertatur. Optimum igitur fuerit omnino uentrem non at tingere. Quod si in musculis ei uicinis uel lassitu dinis sensus aliquis, uel siccitas appareat maior: ungi debebunt mediocriter, & blande, & suspensa manu. Ac si causas quispian eorum quae diximus, reddi sibi cupit: proximum librum legat, in quo de morborum symptomatibus agemus. Nam hunc mihi uideor satis haecenus extendisse.

Clau.

GALENI DE SANITATE

TVENDA LIBER QVARTVS

THOMA LINACRO ANGLO
INTERPRETE.

QUOD plerique omnes recentium medicorum faciunt, qui dum tempus philosopharum cauillationibus terunt, quod maxime necessarium est, aut leuiter tantum attingunt, aut prorsus omit-
tunt, id ipse non faciam: sed (quod ab initio institui) ei quod necessarium duxi, insistent, quæ logi-
cam magis speculationem habent, in aliud tem-
pus differam. Statim enim de morborum sympto-
matis, de quibus hoc libro differere statui, non le-
uis quæstio oritur, eane ad ualitudinis tuendæ ar-
tem spectent, an ad eam quæ medendi rationem
præscribit, an harum neutram, sed tertiam quan-
dam, quam nonnulli mediam statuunt, neutram-
que appellant. Ego haud ignarus, siue quis in sa-
nitatis tuendæ, siue etiam medendi arte, eorum
meminerit, fore ut æque à cauillatoribus fugilletur:
illud quoque intelligens, etiam si quis tertiam
tractationem his dicet, de neutris eam affectioni-
bus inscribens, uel magis irrisuros, contumeliosos-
que futuros, præterea quæsituros de maribus &
fœminis in quonam opere præcipiam: in hoc uo-
lumine de his agere potissimum elegi. Si enim fie-
ri nequit ut philosopharum nugamenta deuitem, at-
que hac ratione minus erunt importuni: utique
sic faciens melius consuluisse uidebor. Huc acce-
dit quod ex speculatione ipsa magis intelligitur
ipsa doctrinæ communio, si quis illa quæ dicitur,
attentius leget. Ea hinc ingrediatur. Artis quæ
ualitudinem tuetur, non leuis portio est ea quæ de
exercitatione præcipit. huius rursus non exigua
pars est quæ lassitudines præcauet. Porro monstra-
tum in superioribus est, similem rationem esse in-
stantis lassitudinis cauendæ, & eius quæ iam occu-
pauit, summouendæ. Ergo non alibi quemadmo-
dum hanc futuram uitæ, alibi quæadmodum iam
urgentem corrigas, tractandum est. Atque hac qui-
dem de causâ in proximo libro, qui totius operis
tertius est, de lassitudine quæ exercitationi super-
uenit, disputatum erat: simul habita mentione de
similibus affectibus, quorum aliqui exercitationes
maxime sequebantur. Nunc primum quidem de
his prout citra exercitationem incidunt, agemus:
secundo loco de illis quæ similitudinem quædam
cum his habent. Ac quæ immodicas quidem ex-
ercitationes lassitudo excipit, sanorum symptoma
est. quæ uero sine his consistit, morbosum. Itaque
& ab Hippocrate dictum commodissime uidetur:
Lassitudines sponte natæ, morbos nunciant. At-
que ulcerosus quidem sensus, symptoma lassitudi-
nis est. Causa uero unde ea nascitur, affectus lati-
tudinis est. Porro huius rursus ipsius causa bifur-
cam scinditur: aut enim intra ipsum animalis con-

tinetur corpus, uocantque Græce πονηρομένη:
aut omnino non inest, uocantque πονηρομένη.
[Nos illam internam, hanc externam non incom-
mode uocemus.] Itaque tria in uniuersum genera
sunt de quibus habendus sermo est: Ipsius lassitu-
dinis symptoma: Affectus unde hoc oritur: & affe-
ctus ipsius Causa. Cuiusque uero horum species quæ-
dam differentes sunt. Causarum (ut modo dixi-
mus) externa, & interna. Affectus (ut in præceden-
te libro docuimus) is qui ulceris, & qui tensionis,
& qui phlegmones sensum inuehit. Symptoma-
tis uero, ipsi tres sensus. [neque pauciores uero] ne-
que plures his differentias ueras saltem nominare
possis. Qui igitur ulceris sensum facit, (incipien-
dum enim ab hoc est) motus quidem grauem exci-
tat sensum, ceu corpus ulceretur: idque uel circa cu-
tim tantum, utique cum est moderatior: uel circa sub-
iectam illi carnem, cum est ualentior: uel circa u-
trancque, cum adhuc est atrocior. Atque hoc quidem
est lassitudinis symptoma. Affectio uero ex qua id
nascitur, acrimonia est tenuis & calidi humoris,
qui corpus erodit, stimulat, ac pungit. Oritur hæc
aliquando ex immodico motu, ut in proximo li-
bro ostendimus. aliquando ex uitioso succo, qui
imprudentibus nobis in corpore succreuit. Tales
uero lassitudines, spontaneas Hippocrates appel-
lat. Alterum uero lassitudinis genus (nempe in quo
tensio sentitur) quoties sua sponte incidit, pletho-
ris superuenit. Quippe tenduntur ex hac solidæ
animalis partes, præcipue in quibus succi conti-
nentur. Tertiū lassitudinis genus, quod phlegmo-
nes sensum affert, ex amobus oritur, tum nimia
boni succi abundantia, tum prædicto uitioso suc-
co. Non enim quæuis mali succi species, sed tan-
tum in quo dens acrimonia continetur, ulcero-
sam lassitudinem creat, sed nec eiusmodi quidem
succus dum in uenis cum sanguine miscetur. La-
tet enim tum eius uis, utpote transluentis, & à
sanguinis bonitate superati. Verum cum ab his
translatus, in carnibus, & ad cutem solus hæret,
ulcerosum sensum tunc ingerit. Qui uero ex a-
bundantia nasci hanc lassitudinem putant, sanè fal-
luntur. Nam neque ex ea copia quam plethoran di-
cimus, (hæc enim eam quæ de tensione queritur,
gignit) neque ex ea quæ uires prægrauat. Non enim
erosio, aut ulceris phantasia, sed uel grauitas, &
ad motiones segnitia, talis sunt abundantia sym-
ptomata, utique dum ad animales collata uires, eas
superans premit: uel pulsus quædam uitia, siquan-
do uitalem urget: de quibus dictum abunde est in
iis quæ de pulsu scripsimus: eque ut in libro quem
de abundantia scripsimus, etiam notas & natura-
lium uirium cum premuntur, & reliquarum am-
barum tradidimus. Non est igitur abundantia, e-
ius lassitudinis quæ ulceris sensum præfert, causa,
immo humorum qui in cute & carne continetur,
acrimonia. Hæc enim ut quieta sensum latet, sic
agitata protinus sentit. Motus hic lassitudini pri-
mus ac plurimus proprijs quibusdā rationibus acce-
dit: quas mox dicemus. Alter ex incidenti, scilicet
cum

Alias.
ἐν τῷ σώματι.
id est, in his.

Alias.
ἐν τῷ σώματι καὶ
ἐν αἵματι.
id est, affectu
et sensum.

cum nobis partem aliquam aut etiam totum corpus mouere uolentibus, cum hoc humores qui in ipso continentur, simul mouemus. Verum hic minimus est, & lassitudinis duntaxat sensum infert. Vehementior rigorē excitat: (appello nunc rigorē, nec illū uehementis frigoris sensum, nec duriciē; sed inæqualē totius corporis cōcūsum & turbationem;) Medius inter utrumq; horrorem. Quod autem nihil obstat etiā si calida causa sit, quo minus rigorē horroremq; excitet; in ijs quæ de symptomatum causis scripsimus, ostensum est. Nunc satis fuerit summas tantum eorum quæ illic prodimus, ad præsentē disputationē quasi basim subiicere. Cū in sensibili corpore succreuit excrementum mordax, duplici id ratiōe admodū incitatur. Vna, cum à sensibili ipso corpore impellitur: utpote quod repellēdi alieni uim obtinet. Altera cum uehementiore momēto agitur: id quod tum ab exercitando cōquirat, [tum fricione, tum balneo.] Ergo quæ subcalida & putrida excrementa sunt: ubi uehementius mouentur, non horrore modo rigorem uel qualem diximus afferunt, sed etiā febrem accendunt. At quæ frigida sunt, & ex partibus tenuibus cōstant, ea horrorem quidem rigoremq; creant, non tamen febrem excitant. Porro uim quandam utriusq; congestam esse oportet si hæc fecerint. Quæ uero aut planē exigua in sensibilibus corporibus excrementa mordacia, aut multa illa quidē, sed tamen nō planē adhuc mordacia, subheferunt: hæc ulcerosam lassitudinem faciunt: de quibus utiq; hoc libro nobis est agendū: quando quæ febrem accēdunt, ea ad medendū artē spectāt. Sanatio utriusq; generis partim cōmunia curationis amborum consilia recipit, partim utriusque propria. Dicitur uero prius quæ cōmunis sanatio est. Oportet igitur excrementum, siue calidum id sit siue frigidū, ipsum aut expellas, aut certe alteres. Recipit uero non omne excrementum alterationem à natura. Si quidem nec omnis cibus in cuiusuis animantis uentre concoquitur: sed cōgnatio quædam ei quod concoquit, cum eo quod concoquitur, esse debet. Quod igitur omnino alienum est, nulla fieri ratione potest ut id naturæ suæ gratiam recipiat, sed educere id q̄ primum est tenandū: æque certe ut quæ in uentre corrupta prorsus sunt, ea uel uomitione uel deiectione expelli profecto est optimū. Nō tamen perinde prōptum est in carne, atq; alijs corporibus imbibitum uitiosum succum educere: ut qui in ijs quorum sensibilibus capacitas est, continetur. Interdum nec ipsa laborantis natura medicamētum quod malum succum mature uacuet, admittit: sicuti interdum & alius quispiam affectus obstat qui talem educendū rationem respuat. De quibus mox dicam, si prius quod reliquum erat in superius posita diuisione, adiecero. Quippe quæ communiter spectant qui excrementorum uitij medentur, ea iam diximus uacuationem alterationemq; esse. Propria uero utriusque generis nunc adiiciamus. Neque enim una tantum ratione educendū alterandū uel est:

A sed explorata quæ ei quod affligit, maxime sit accommodata, ei est insitendum. Ea uero, ut in summa complectar, ratio est, quæ ex contrario opem molitur: priuatim uero, quæ ex cuiusque contrario. Et summæ quidem totius rei hæc sunt: quæ latius tamen nobis nunc explicanda sunt una cum sua cuiusq; euidenti demonstratione: idq; ab ulceroso affectu orsis. Quoniam igitur eiusmodi latitudo uitio acrum excrementorum oritur, ante omnia considerandum est, in solidis ne tantum corporibus, an intra uenarū sinus malus succus cōtineatur. De ijs uero quæ intra uenas sunt, nullum planē nec manifestum nec euidentem signum habemus præter solam urinā: conijcere tamen ex his licet. Primum æstimabimus quoniam qui affligitur, uisus sit uictu. Secundo, solitusne sit malū succum naturæ sponte congerere. Ad hæc, an naturalis aliqua & cōsuetæ excretio iam desierit. Quarto, an exercitatione, purgatione per uomitū alium uel, aut usu aquarū sponte nascentiū soliti superuacua expellere, id intermiserint. Atq; in uictu quidē uidendum an cruditas & crebrior et maior quàm ex consuetudine præcesserit, an mali succi cibus copiose se impleuerint, an uinum pro antiquo mistum, pro tenui crassum, an aqua marina mistū biberint, an etiam prorsus à uino se ad aqua potionem transtulerint: nec semel bis uel in quolibet horum peccauerint, sed assidue, bonoq; tempore. Secundo (sicuti diximus) æstimandum num ex eorum numero qui facile malum succū congerunt, lassatus ipse sit. Deprehendas id percōratus an scabie, aut lepra, aut uirilagine, aut pruritu crebro sit affectus. Item an erysipelas, aut elephantiasis, aut herpes, aut ophiāsis, aut alopeciasis, aut pustulæ crebræ, aut epinyctides, aut deniq; ullū symptoma quod ex uitioso succo & natū & auctū est, illū male habuerit. Ab his considerata diximus, consuetane ulla excretio retenta sit per uomitum, uel hæmorrhoidas, uel fistulam aliquam, uel dysenteriam; uel si mulier est, per menstruū profluuium. Deinde num ipse medicamēto se purgare semper solitus, id intermiserit. Nonnulli enim sunt qui de iectorijs medicamētis, alijs uomitorijs, aut urinam sudorem uel cientibus, aut usu sponte nascentium aquarum, utique quibus aut sulfuris aut bituminis aut nitri uis inest, uere uel autumnō quotānis soliti excrementa uacuare, aliquando id negligūt. Multi (ut dictū est) exercitationi consuetudinem dimiserunt. Alij rursus omnis fricitionis, aut balnei, aut à uino dulci post balneum uomitionis morem prætermiserunt. Sanè constat non illorū modo nos qui optimo sunt corporis temperamento, fecisse mentionem, sed quod nihil in mali succi causarum catalogo sit prætermissum, etiā eos qui uitiosum succum naturæ prompte congerūt, sermone comprehendisse: de quibus fusius inter uitiosos corporum status proximis uoluminibus agemus. Atq; ex his quidem de mali succi modo coniecturam facere oportebit, ac remedium ad mensurę eius quantitatem proportiōe inuenire. medicarius, si omni

si omnino sit exiguus, & ad cutem tantum collectus. ualētius, si multus, & in profundo. Prius uero eius qui exiguus, & iuxta cutem est, curatio dicitur; deinde eius qui in carne residet: tertio ab his loco, eius cuius totus sanguis impurus excrementosusque est. Sed si quis iam institutum mihi ab initio repetens, boni succi iuuenē dederit, qui prius salubri omnino uictus ratione sit usus, nunc necessitate quapiam urgente longi temporis iter confecerit, in quo nec exercitatus, nec lauatus pro consuetudine fuerit, cibis porioneque mali succi usus sit, tū a prandio, uel coena, uel etiā toto die uehiculo sit uictus, nec bene plerumque dormierit: illud tamen addatur, nihil huic in modo assumptorum erratum esse, proindeque nec in cruditate ullam incidisse: talis multum mali succi coegisse profecto nequi uerit. Itaque etiam nec remedium operosum requirit, immo exercitationem tantum quae apothera pia dicitur: quam in proximo ante hunc libro docuimus, ubi pariter de accommodata ei rei uictus ratione precepimus: quod minus est hic multis morandum. Tantum eius meminisse conueniet, huc omne consilium dirigere qui corpora sic affecta curat, ut excrementa quae circa cutem sunt, educat: propterea quod affectus in hac una consistit. Itaque rursus detur eundem iuuenem praeter alia quae eadem sint, etiam in cruditates saepe incidisse. Detur & ulceris sensum habere, non cūte tenus modo, uerum etiam altius in corpore, sic ut totum id malis succis refertum suspicere. huic nec exercitatio nem, nec ullum omnino motum iniungemus, sed quiescere ac dormire iussim, in abstinentia totum diem exigere cogemus: dein uespere pinguiter uncto, & temperato balneo mediocriter lauato, pro cibo dabimus forbitioē aliquam boni succi, sed planē quam minimam. nec tamen a uino eum abstinebimus, concoquit enim id semicrudos humores, quantum aliud quiduis: tum sudorem urinamque promouet, ac somnum conciliat. In ijs autem qui ita se habent, id agendum nobis est, ut quod mali succi iam planē corruptum est, nec concoqui etiam potest, id sudore urinamque expellatur. quod semicoctum adhuc est, concoquatur, atque utile reddatur. Id autem optime quiete somnoque confiet. Si ergo his peractis malum constiterit, ad consuetudinem rursus reducendus homo est. Sin in posterum etiam diem duret, de ualentiore iam remedio est cogitandum, maxime si per noctem uel lassitudo magis quam ante uel fastidium infestet, uel per uigilet, uel somnos turbatos & imaginationibus inquietos habeat. his enim, si uires non dissuadent, duorum alterū, aut sanguis mittendus est, aut purgatio exhibenda, sed discernentibus nobis utrum magis expediat, ut mox dicetur. Sin uires imbeciliores dehortantur, sanguis mittendus haudquaquam est, sed deiectione mediocris adhibenda. cuiusmodi autem deiectione mediocris sit, in sequentibus docebimus: sed si prius quae priora sunt definiuerimus. Nam uirum robore constante si lassitudo adhuc infestat: aestimandum est, cum sanguinis ne copia,

an cum crudis humoribus, an per se solus consistat uitiosus humor qui lassitudinem creat. Nam si cum sanguinis copia, aut uena incidenda, aut aliquid quod tantumdem ualet, agendum. Sanē tantumdem possunt haec: Quibus haemorrhoides sunt retentae, si has emiseric. Si mulieri menstrua consuetudo cessauit, hanc prouoces. Si quibus horum nihil est, si malleolos scalpello incidas. Post haec alius comedicamento deicienda est, quod maxime accommodatum malo succo sit. Quod si uitiosi tantum succi, hiique citra sanguinis copiam subsint, purgatio petenda est quae infestanti excremento sit accommodata. Infestat uero alias biliosum, alias atram bilis, alias pituitosum, sed quod uel falsum uel acidum sit: atque horum quodlibet aut crassius, aut sero propius, aut media quapiam consistentia. De quorum discernendorum notis nunc agamus. Si cum pustulis (que Graeci *ἰσχυρὰ* uocant) lassitudinis affectus consistat, ex his facilis inuentu erit excrementi species. Sin absque his: in boni quidem succi corporibus tum ex ijs qui praecesserunt cibis, tum reliquis quae ipsis corporibus inciderunt. In ijs uero qui malos succos natura colligunt, hinc quoque nonnihil capiendum. Sed de eiusmodi temperamentis uberius post agetur. Nunc de reliquis agamus, ex quibus licet de mali succi specie coniecturam accipere. Qui in ocio degunt, si pituitosum acruare succum solent. Quos multus labor exercet, si biliosum, uel melancholicum: illum aestate, hunc autumno gignunt. Quinetiam an diuturni labores fuerint, inspicendum est. Quanto enim fuerint longiores, tanto sunt ad atram generandam bilem magis procliuēs. Praeterea qui cum multo sudore obeuntur, si crassius excrementum faciunt. Qui si ne sudore peraguntur, magis tenue; ueluti qui hyeme & frigido aeris statu suscipiuntur. Considerandum ad haec est non solum de urinae multitudinem, [et qualitate] sed etiam de sudoris qualitate. hic namque partim acidus, partim falsus est, partim ueluti lutum aut uirus planē olet. licet autem hoc ex strigili deprehendere cum lauantur. Saepē namque amarus planē apparet: qualis utique morbo regio laborantibus emittitur. Eius uero dignotio etiam citra gustum facilis est ex solo colore. Quippe pallidus pro eiusmodi bilis ratione apparet. Saepē tamē post ualidissimos labores, & uehementē aestum, planē flauus conspicitur. Aliquando medius, atque ambo bus mistus cernitur: ueluti quodammodo ex pallido flauus. *χρὸς αὐλὸς* Graeci dicunt. Ad eundem modum & ipse bilis humor se habet: quando hunc quoque in uomitu deiectionemque aut pallidum, aut flauum, aut ex utroque compositum licet intueri. Quailiscunque uero is in corpore habet, tale necesse est eius appareat serum. Ac sudor quidem, succorum qui in uniuerso corpore abundant, nota est: urina, eorum tantum qui uasis continent. Omnino ergo nihil omittendum: sed sudor quoque ipse, ut modo diximus, inspicendus. Aliquando uero ipsum qui afficitur gustare sudorem suum, quod certius internoscatur iubemus. Id quod aliquando sua sponte accidere solet

solet, dum ex fronte & eius partibus in os sepe delabitur. Aestimare præterea urinae tum consistentiā, tum colorem oportebit. Sed nec quæ in ea pendunt, aut sident, prætermittere conueniet, sed omnia perpendere. Cuiusmodi enim sanguis sit qui in uasis continetur, ea plane ostendunt; quando si is biliosus sit, serū quoque eius biliosum esse necesse est. Idque pro utriusvis bilis ratione. Simili modo pituitosum, si is sit pituitosus. Ergo ubi crudus planē is est, utique tenuis aquosaque urina cernitur, nihil nec quod sident, nec quod pendeat, in se habēs. At ubi is concoctus est, hæc in urina apparent; atque etiam nubeculae quædam desuper tenues superstant, ueluti quod in summo lacte colligitur, (Græce γαῖς dicitur) & quod in summo refrigerati iusculi concreuit. Quod si turbida sit, qualis ueterinorum uisitur, crudis refertas uenas indicat, non tamen cessare naturam, sed eos ualenter concoquere. Si uero celeris separatio crassi à liquido in ea cernitur: sitque quod subsidit, album, leue, & æqualis iam iam superaturam eos omnes naturam indicat. Sin cū emingitur, pura sit, protinus uero turbetur, iam crudi succi concoctionem aggredi naturam docet. At si interposito tempore turbetur: non protinus, sed post aggressuram insinuat. Verum omnium quæ turbantur urinarū generalis nota esto ipsius crassi à liquidiore separatio aut prope aut tarde facta, aut omnino nulla. Ergo si protinus fiat, & quod subsidit sit album, leue, & æquale: superiorem longe naturam succis quos concoquit ostendit. Sin bonum sit quod subsidit, sed quod post longius interpositum tempus colligatur: etiam naturam temporis spatio superaturam succos nunciat. Si uero uel omnino nulla separatio, uel id quod subsidit, malum sit: imbecillitas naturæ significatur: eque ope aliqua ad succos percoquendos. Sicuti uero urina, succorū qui in uasis sunt, qualitatem prodit: ita sudor, aliaque quæ per uniuersum animalis habitum apparēt, eos qui illic sunt affectus demonstrant. Quippe superantibus in eo calidis succis, insolito caloris sensu urgetur: frigoris uero, cum frigidi dominantur. Iam albiore pituita superante, pallidiores bili abundante cernuntur. Quod si meracior bilis sit, etiam planē flauiores. Siquidē color à succo prouenit, non ex solidis animalis partibus, utique cum se succi in altum non receperūt. Accidit uero id illis propter frigora, rigores, uel animi affectus, ueluti timorē, uel ingentē tristitiam, uel incipientem uerecundiam. Quorum nullum si adsit, nunquā se in altum recipient succi. Acque nec in cutem uiolentius irruentes, hanc adurent unquam, nisi animus aliquo modo affectus sit, aut aestu immodico animal extrinsecus obsessum. Ergo uehementer commotis, aut iratis, aut in pudore ueluti reciprocantibus se humoribus, inspicere colorem non oportet. At si nec ambientis uiolentia calidi frigidiue, nec ullus animi affectus cuiusmodi iam dictus est, subit: certissima succi animalis cognitio ex colore dat. Tanquam igitur corpus sicuti albius solito est effectū,

A pituitosum abudare succum indicat: sicuti pallidius aut flauius, biliosum: ita sicuti ad rubicundius quam pro natura est mutatum, sanguinis abudantiam subesse significat: sicuti ad nigrius, nigrā superesse bilem ostendit. Videas præterea ceu plumbi colorem aliquando nonnullos habere: rursus aliquid quando ceu misturam esse albi, liuidique: aliquando liuorem solum sine albo consistere. Ergo eiusmodi colores, crudos dominari succos indicant: qui cum de genere sunt pituitæ, minus tamen humiditatis habent quæ ea quæ publice uocatur pituita, plerumque uero huic nec lentor inest. Nam is si adsit, Praxagoras eiusmodi succum uitreum appellat: egregie quidem frigidum: crassum tamen eo quæ crudum per eminentiam uocant, certe minus. Generaliter igitur eiusmodi succi omnes albi crudique sunt, nomenclaturam uero alius alia sortitur. Nec attinet ad præsentem disputationem ea omnia distingere: quippe ad quam illud tantum commune omnium accidens pertinet, quod hi succi percocti a natura non sunt, sed crudi adhuc manent. Siquidem sanguis in medio est biliosorum atque horum: quorum utique genus uno uocabulo appellare licet uel crudū succum, uel pituitam. Illi namque ex sanguine fiunt ubi supra iustum modum est percoctus: hi uero ex eo nondum perfecti. Sunt autem utriusque generis innumere particulares differentiae, ceterum quæ ab ijs qui in talibus sunt periti, in numeratas species sunt iam descriptæ: quarum tamen ipsarum adeo hic omnium meminisse necesse non est, ut etiam satis sit eas ad unū caput redigere, quod tibi ueluti scopum agendorū proponas. Nam quoniam alij prius quam ad exactum sanguinem nutrimentum peruenit, ueluti semicocti sunt, alij prorsus incocti crudique, alij paulo ab sunt à sanguinis forma, rursus alij sanguinis faciendi, siue (ut ita dicam) sanguificationis ueluti ultima pars, qui utique excessu caloris proueniunt: (quorum alij paululum, alij plus, alij plurimum à sanguine recesserunt) ubi paululum uel citra sanguinem restitū, uel ultra processum est, audacter mittendus sanguis est. ubi plus, consideratius agendum. ubi plurimum, in his nullus omnino mittendus est. Inspicere uero & quantitatem conueniet: ut uerbi gratia si bonus sanguis exiguus sit, reliquus uero succus plurimus: utique in his abstinentum à detractio sanguinis est. Sin is quidē exiguus, sanguis uero copiosus: audacter incidenda uena est. Dein deijcere (ut dictum est) aluū oportet: ratione habita de abundantis succi copia pariter & specie. Quod si quis uel propter ætatem uel timiditatem permittere se medico ad sanguinem ullo modo detrahendum nolit, huic deijcienda largius aluus est: aut si id quoque suspectū habet, alia ratione educendum superuacuum est. Ac in propolita nobis hætenus natura alias uacuandi rationes inuenire difficile non est: in alijs cum discretione & diligenti examine disquiri eas conueniet. Etiam discretionem post trademus, ubi de propolita boni succi natura tractationē absoluerimus. Pone enim

enim talem hominem ex mala uictus ratione lassitudine affectum: deinde ex ijs quas retulimus notis, in uenoso ualorum genere apparere subesse illi copiam semicrudorū succorum: in reliquo uero corpore toto multitudinem horum quos lassitudo secuta est. auctus præterea illi quodāmodo & sanguis esto. Maxime ergo (ut dictum est) detrahendo primo de sanguine oportet: deinde succum illum educere qui superare uidetur. Non sustinente autem homine sanguinem sibi detrahi, augere deiectionem. Si uero neutrum admittat, aliam quampiam rationem iniri, qua maxime si non breui, at longiore tempore pristina corporis habitudinem homo recipiat. Quoniam ergo duo prima sunt, quibus primum intentum sit oportet, qui eiusmodi affectibus medebitur, crudorum siue etiam semicrudorum qui ante sanguinis perfectionem fuerunt, perfectio: & acrium ac mordacium, qui secūdi sunt, et sanguine posteriores, eductio: abstinere eos conuenit ab omni ualido motu. Blande uero unctos, atque oleo perfrictos, perquam suauiter lauare balneo: inde in ocio abstinentiā habere, atque etiam somno, si fieri potest: minime ignorantibus nihil esse quod æque concoquat ea quæ concoqui possunt. & malos succos per halitum digerat, ut somnus a balneo. Cum igitur (ut paulo ante diximus) primo die experti an facile finita lassitudo sit, similiter grauatum hominem cernimus: tum mittendus in balneum secūdo etiam die est, tum in quiete abstinentiā habendus, eque uero & si iterum & tertio [oportere uideris, itidem] ieiunū laubis, quietem ac somnū ipsis lauationibus interponēs. Conducit ad somnum non in postremis ipsum quoque balneum. sunt enim qui eo sunt usi omnes magis ad somnum propensi, modo maioris momenti nihil obstitit. Adeo tibi somnus & causa & signū percommodum sperata utilitatis sit: uelut ediuerso non posse a balneo dormire, nec causa, nec signum est comodum. Quippe plerumque redundantis succi indicia ex somno uigiliisque ceperis. frigidi namque succi marcorem, quod *lūa* quæ græce uocāt, & longiores somnos inducunt: calidi & mordaces, uigilias: & siquādo dormiūt, uarijs imaginibus inquietos & turbatos somnos efficiunt, sic ut statim excitent. Sicuti autem in primo die, ita etiam in secundo forbitionem & minimam & simplicem illis exhibebimus. Quippe large ijs apponere quibus aut ferri potius aliquid debeat, planē est contrarium: sicut rursus omnino non nutrire, & fastidia stomachi (quas Græci *ἄστος* uocant) creat, & eundem lædit, & uires labefactat, & malum succum adauget. Ergo exiguum his dandum: ac potissimum, si fieri potest, pitisanæ cremor simpliciter cōditus. sin aliter, farris, eodē quo pitisana modo præparatus, cum paulo aceti adiecto: præsertim si cruditatis abundantiam, uel in uenis, uel in toto corporis habitu subesse suspicamur. Quippe si nihil prorsus aceti sit alicæ admixtum, glutinosior erit quam ut propositis conducatur: itaque obstruet magis quam detergebit halitus meatus: quod tamen maxime

Galen.

petit in crassis ac glutinosis succis, cuiusmodi planē omnes pituitoli sunt. Ac boni quidem succi far ipsum est, & propterea eiusmodi qui a uitioso facile securos præstet. Caterum nisi lentor eius corrigatur, adiectis aceto & porri modico: non solū obstruet, sed etiam nutriet plenius quæ propositis sit ex usu. Hac itaque de causa pitisanæ cremor in hoc casu tutior est, ut qui tum modice nutriat, tum nullus per angustos meatus hæreat, sed & permeet ipse, & meatus per totum detergeat, & quicquid in semicoctis crudisue succis continetur crassi, id dissecet ac resoluat. Horum ipsorum gratia & multa his idonea est, & oxymeli, & apomeli, & piper, & ginger, postremo omnia quæ citra uitiosi generationem succi, humorem crassum dissecant solunt: quorum materiam latius in sequentibus prosequemur. Ad institutū uero nūc sermonem exempli loco posita sint, & quæ iam sunt dicta, & quæ nunc dicenda. Frugum nanque maxime apta est pitisana. Olerum sola lactuca. Piscium qui saxatiles dicuntur. Panis qui & furno coctus, & fermentatus, & modice purus est. Aues monticolæ. Potio oxymeli, multa, uinum tenue & album, semelque: quæ boni sunt succi, eademque detergent, nec glutinosa sunt, nec crassum succum efficiunt, nec ualenter nutriunt. Quæ uero urinam cient, hoc casu non probō: maxime quæ præuolentia ex his sunt, & sanguinem calfaciunt ac liquant. quippe quod concoquendum probe est, huic tãta adhuc uexatio non conuenit. Hæc itaque omnia secundo die facienda ad hunc modum sunt, atque etiam tertio, quartoque. Ad hæc præterea si tum lassitudinis sensus leuet, tum corpus coloratius appareat, tum somni quieti, & urinæ concoctæ sint, fricare quidem liberalius, exercitare uero parce hominem audebis. His ita peractis si nullus lassitudinis sensus præterea super sit, ad consueta statim exercitationes hominem reduces. sin quicquam appareat priorum aut symptomatum, aut notarum: rursus tu quoque in id intentus, mutare tentabis ea quæ particulatim non recte habent. Si itaque solius lassitudinis sensus recordatio superest, cæteris notis omnibus bene se habentibus, utique apotheraپی munere lassitudinem summouebis. sin autem turbata notæ sunt, & ueluti confusa, ceterum lassitudo abest: in quiete maiore seruare hominem oportebit. Si uero ambo conierunt, eadē ratione hominis curā ages, qua prius usus in eum statum duxisti, quo etiam exercitatio nis aliquid tentare auderes. Atque ita quidem iam comprehenso affectui medendum cenleo. At si in eodem homine reliqua eadem sint, cæterū in lasso corpore sanguis bonus exiguus sit, crudi humores plurimi: huic nec sanguis mittendus, nec alui deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus, aut balneum adhibendum. quippe incisa uena bonum sanguinem emittit: malum qui in primis maxime uenis circa iecur, & quod mesenterium uocant, colligitur, in totum attrahit corpus. Deiectio uero in talibus tormina & rosiones creat, animique deliquia, cum eo quod nec notatu quippiā dignum educit:

Tom. 2

n

quando

quando crudi omnes succi, pigri, atq; ad motū ine
 pri propter crassitudinem frigiditatemq; sunt: quo
 fit ut etiā omnes angustas vias obstruāt, per quas
 id quod medicamentum deijcit, ferri ad aluum de
 beat: itaq; nec ipsi educantur, & alij sint impedi
 mēto. Id quod sanē Hippocrates illo oraculo præ
 cauit, quo breuissime præcipit concocta medica
 mento tentanda esse, non cruda. Eadem de causa
 nec exercitare, nec omnino mouere, sed nec laua
 re expedit eos qui in primis uenis crudorum co
 piam habent. Siquidem omnes id genus motus,
 succos illos in totum corpus agunt. Seruandi igitur
 hi sunt in omni quiete; dandaq; ipsis cibis, po
 tio, medicamentaq; sunt singula eius generis quæ
 attenuent, dillescent, & conficiant succorum cras
 situdinem, idq; citra manifestū calorem. Nam qui
 ex calfacti uehementius succi sunt: ij in omnē cor
 poris partem feruntur. Ergo nutries hos maxime
 oxymelite, aliquando etiam ptisanæ & mulsi exi
 guo quopiam. Sustinent enim hi uictum, si modo
 alij ulli, tenuem: ipsa nimirū crudorū copia, quos
 paulatim concoquunt, ad corporis alimentū abun
 dentes. Quoniam autem præcordia istiusmodi o
 mnibus turgida inflataq; sunt, ac facile quicqd as
 sumperint, in flatum uertitur: nō inutile fuerit lon
 gi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod fla
 tuosi spiritus crassitudinem soluit, & quæ in præ
 cordijs pigra cessant, ad uentrem depellit, & conco
 quendis quæ sumperis subuenit, pro communi
 piperum ratione. Quod si huius copia non est,
 utiq; albo utendum: quippe quod supra duo reli
 qua genera uentrem roborat. Sin hoc non adest,
 optimū nigrum petendū est. Id uero fuerit, quod
 pondere præcellit. Sanē utilius sit & diospolitico
 medicamento uti: cuius cōpositio duplex est: alias
 ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro.
 potestq; ita magis uentrem soluere. Alias cum reli
 quorum pari pondere miscetur nitri dimidiū. præ
 stiterit autem cuminum esse quod uocant æthiopi
 cum: piper uero, uel longum, uel album. Macera
 bitur cuminum in aceto maxime acri. dein conti
 nuo id tunditur, aut etiam prius modice frigitur
 in uase fictili, quod coctum in camino quā opti
 me sit. Quæ enim exacte penitusque cocta non
 sunt, hæc lutosa potius quā figlina sunt, & quali
 tatum suarum non nihil medicamentis remittunt.
 Sunt uero & rutæ folia modice siccata. Vt enim
 si plusculum siccantur, acria amaraq; redduntur,
 & supra quā par est calida: sic si prorsus non
 siccet, excrementitium quendam humorem reti
 nent, nondum ex toto concoctum: cuius uitio fla
 tum discutere minus possunt. Quatuor his ali
 quando despumatum mel additur, aliquando ni
 hil, sed sola sine melle reponuntur, ac ptisanæ cre
 mori, & alijs quibus maxime conuenire uidetur,
 cibis iniiciuntur. Sumit & per se medicamentum
 hoc & ante & post cibum. Porro ad eum usum o
 ptimum est quod mel admistū habet, quod utique
 curiose sit despumatum. id enim flatum maxime di
 scutit, sit autem oportet & mel optimum, si modo

quod flatum discutiāt, quodq; maxime dillescet, fū
 turum medicamentum est. Appositum sanē reme
 dium sic affectis est, et qd ex tribus piperibus con
 ficit, (*ἡ δὲ τριῶν πριπέων* Greci uocāt) utiq; cum
 non admodū medicamētosum sit, ex uarijsq; con
 fectum, sicuti à plerisq; medicorum cōponitur, mi
 sturæ cuiusdam ritu quam *καρὺν* uocant, aut
 apri à mīsticis istis coquis cōditi: adeo ut non mi
 nimum ijs qui sumperint, negocium sit immista
 illi medicamēta concoquere, amī, sifeli, libysticū,
 & alia id genus. Cruda enim minimeq; mutata ab
 ijs qui ea sumperint, lōgo tempore durare in uen
 tre intelliguntur. Hæc igitur subtrahenda medica
 menta sunt: præter quæ, hæc, heleniū, & nardi spī
 ca: ceu uero nōnulli cōponunt, etiam castia. Expe
 dit autem præparatū habere ad manū dupliciter,
 sicut ipse soleo. Alterū simplex: quod utiq; ijs dan
 dum est qui parum concoxerunt, & qui recens si
 gus in uentre habent, & pituitosum succū. Alterū
 quod medicamētosum magis est: quo maxime uti
 mur in ijs fluxionibus quæ à capite descendunt ad
 pectus. Verum hoc quo pacto sit præparandū, ali
 bi dicitur. Simplex illud, quo ad cruditatis abun
 dantiam quæ in primis est uenis utimur, huiusmo
 di est: Ad cuiusq; trium piperum drachmas quīn
 quaginta, abunde adduntur anisi & thymi & gin
 giberis singulorū drachmæ octo. & simplicissimū
 quidem hoc est. Etiam hoc ipso magis simplex, à
 quo detractū gingiber est. Alterum uero est quod
 ex iisdem conficitur: uerum ad cuiusq; trium pipe
 rum drachmas quīnquaginta, reliquorum cuiusq;
 sexdecim drachmarū iniicitur pondus: nempe ani
 si, thymi, & gingiberis. quo etiā ad propolita uti
 mur cōmodissime. Debet autem, si haberi potest,
 anisum Cretense esse: Thymum aut Atticum, aut
 planè ex editis locis, & siccis: cuius quicquid lig
 nosum est circūciso, coma ipsa unā cum floribus
 iniicitur. Esto uero & piper quod longū quidem
 est integrū, minimeq; foratū: Æque uero & gingi
 ber, nam ambo perforari facile solent. Quinetiam
 non solum nō perforatū, sed & uerum illud quod
 ex barbaris affert, piper esto, hic nanq; quod adul
 teratur, duplex est. Alterū quod in Alexādria ma
 xime conficitur. Alterum quod herbæ cuiusdam
 germen est. Qua uero maxime ratione internosci
 quod adulterinū est possit, ipse docebo: tantisper
 præfatus, ne quis aut miretur, aut causam requirat
 quamobrē uel componendi uel probandi medica
 menti hic tradere rationem subijt, qui in medendi
 libris non temere id facere soleam. Siquidem in il
 lis cum medicis ipsis dūtaxat ago: hic uero etiam
 cum alijs uniuersis quos aliqui cōmuni nomine
Quαρρῶν, id est medicorū studiosos uocant, qui
 scilicet in primis disciplinis uersantur: quo intelli
 gentiam suam exerceāt. Porro his necesse non est
 nec in libris de simplicibus medicamentis, nec in
 opere de medicamentorū compositione esse exer
 citatis, multoq; minus explorandi cuiusq; medica
 menti peritiā habere. His itaque perscribi in ple
 num talia omnia satius est, sicuti paulo ante de lon
 go pi

go pipere tradere oecipi. Principio em̄ experien-
dum gustu est, diligenterq; aestimandum an pipe-
ris qualitates seruet: postea in aquā mittendū. Nā
quod factitū est, si per diem totum in humore ma-
ceretur, illico liquatur, ac soluit. Si ergo tum pipe-
ris ei qualitas planē inest, nec maceratum resolu-
tur, sitq; (ut dictum est) minime foraminibus per-
tustum: piper id lōgum idoneū iudicabis. Nigrum
uero, nec exile, nec rugosum, nec crassū corticis e-
stō, sed ex eo quod ponderosum uocāt, id quod tū
maximū, tum plenissimū est. Itemq; de albo simili
modo eligat quod maximum est atq; plenissimū.
Deinde omnibus simul tulsis, & per tenue cribrum
transmissis, mel optimū curiose despumatū ad-
miscetor. Sanē id odorū flauumq; praeterea acer-
rimum dulcissimūq; fuerit, tum crassitudine, nec
planē crassa, nec liquida, sed quae ita cōtinuitatem
suam tueatur, ut si digitum in id demiseris, post in
sublime attollas, quod mellis ab eo defluit, longis-
sima quasi linea sibi continuatū uideas. Coquitur
hoc recte aut super carbones, aut ligna omnino ar-
ida, quae etiam *ἀνθρακας* Graeci uocant. Hoc igitur
medicamentum dare conueniet, non semel bisue
quotidie, sed etiam saepe, si quidem mane & ante ci-
bum, & post, etiam cubitum euntibus recte datur
cochlearij pleni mēsurā; atq; huius quidem ut par-
uis parui, & maximis maximī, ita medijs ad por-
tionem. Praeterea etiam gingiber, quod ex barba-
ris affertur, aceto maceratū. Est id uiuentis herbae
radix, a collectu statim in acetum coniecta. Exin
guitur enim eiusmodi medicamentorū calor cir-
ca ipsas primas uenas, nec in totum perfertur cor-
pus, ueluti aliorum quorundā; cuiusmodi id medi-
camentū est quod dīa calaminthes, propterea q̄ ca-
laminthen recipit, uocāt; de quo mox uberius age-
mus. Idcirco etiam oxymeli his utilissimum est; ut
prius diximus. Id ita preparari debet. Cum mel
li optimo super carbones spumam abstuleris, con-
ijcies in ipsum aceti tātum, unde gustanti nec aci-
dum nimis, nec dulce uidebit. Ac denuo sup pru-
nas coques, quoad planē unite amborū qualitates
sint, nec appareat gustatū acetum adhuc crudum.
hinc ab igni depones. Cumq; uti uoles, aquam ei
misceris, ita nimirum temperans, ut uinum. Ergo
qui bibet, si nec de acore eius queritur, nec dulce-
dine, assidue eo utatur. sin alterutro offenditur, ad-
iecto quod desideratur, rursus id coques. Neq; e-
nim eos probo, qui sub una quapiam mensura id
conficiunt; qui mihi similiter ijs affecti uidentur,
qui bibentes omnes similiter aquam uino miscere
censent: non aduertentes, quibusdā utiq; qui dilu-
tiori infueuerunt, caput statim si uel pusillo mera-
cius hauserint, tentari; quibusdā qui meraciore de-
lectantur, stomachum, si dilutius biberint, subuer-
ti. Cum igitur in uino tam familiari potione ista in-
cidant, multo sanē magis in oxymelite, utpote q̄
uinum tum minus familiari, tum magis forti, ipsa
seq par est. Satiū ergo sit, ex fumentis gustu, non
nostro, iudiciū de modo facere: id esse fumentis na-
turae conuenientissimū oxymeli ratos, quod utiq;

Galēn.

est iucundissimū, proindeq; etiam utile, contra ad-
uersissimū esse, quod iniucundū. Ipsam tamen pri-
mam ipso mīstionem, quō plurimis conueniat,
talem esse oportet. Vni aceti parti, mellis a quo de-
tracta spuma sit, duplum est miscendū; deinde am-
bo in leni igni coquēda, donec eorum qualitates
in unum coierint. ita enim nec acetū amplius cru-
dum apparebit. Cū aqua uero statim ita facies o-
xymeli: Mellī quadruplū optimae aquae miscebis;
dein coques modico igni, quoad spumare desinat.
Ac malum quidē mel multam egerit spumā, quo
etiam diutius coqui debebit; optimū uero ut bre-
uissimo tempore coquitur, ita minimum spumae
euomit; unde nec parī ei cōctione est opus. plurimū
certe quartam partem eius quod ab initio est indi-
tum, amittit; post uero dimidio aceti adiecto, rur-
sus coquendum, donec qualitatū omnino sit uni-
tas, nec acetum crudum etiam appareat. Confici-
tur sanē oxymeli etiam tribus statim ab initio mī-
stis, ad hunc modum: Aceti uni parti additur mel-
lis duplum, & aquae quadruplum; atq; haec ad ter-
tiam partem coquūtur, uel etiam quartam, spuma
interim detracta. Quod si ualentius id facere stu-
des; tātundem inijcies aceti, quantum mellis. Apo-
meli optimū aqua conficitur, bibiturq; tota aestate
refrigerantis uice. Potest uero, cui id libet, & ad
quam proposuimus affectionem eo cōmode uti,
potissimum ubi coacuit; id quod ei saepe cōtingit,
alias magis, alias minus, utpote ex aqua confectio
nō pluuiā, sicut multa, sed qualibet; quanq; potest
qui uolet, & ex pluuiā aqua id conficere; ipseq; si
pluuiā aquam probarem, id suaderem. Verum
nec ipsam probo, & nihilo est deterius si acescit,
potissimū ad ea quae nunc sunt proposita. Quinim-
mo mediocriter etiam acet, quod saltem non om-
nino incuriose est cōfectum. Sanē cura conficien-
di in eo est, ut nec fauus admodum sit uitiosus, co-
quaturq; bene in fontana aqua, quae & pura sit, &
dulcis. Oportet enim expresso a fauis melle, cate-
nus in aqua coquere, quoad nulla inde spuma exi-
stat. Ergo tum hac utendū potione est; tum uero ē
uinis ijs quae leuiter acescunt. Nutriendum prae-
rea cibus est, qui citra calorem extenuent; cuiusmo-
di cappari est ex oxymelite uel oleo sumptum ad
duos uel tres dies, ut dictum est. Quod si crudos
iam succos satis attenuatos speras, uinū dabis qd
& substantia sit tenue, & colore fuluum, albū uel
hoc enim & ad succi bonitatem, & cōcoctionem
facit: illud urinam mouet. Sunt uero in Italia prio-
ris generis Falernum, & Surrentinum; posterioris
Sabīnum, & Albanum, & Adrianum. In Asia
uero prioris generis Lesbium, et Ariusum; secun-
di Titaczenum, & Arsyinum. Atque haec exem-
pli tantum gratia protulimus. Sunt autem & alia
multa tum in Italia, tum in Asia, & ceteris natio-
nibus, quae his sunt similia: ex quibus facere dele-
ctum conueniet ad eas quas diximus notas respi-
cientem, nempe colorem ac substantiā; crassa ue-
ro & nigra rejicere: ut quae tum malum succum gi-
gnant, tum tarde penetrent. Quod si his adhibitis

Tom. 2

n 2

melius

melius habere se senserit; etiam lauare tum hominem debetis, ungereque, ac molliter fricare; ut uero primum in urina subdientia uiuantur, (καθάρσις uocant) tum frictiones augere, tum ad consuetas exercitationes paulatim reducere. Hoc tempore uigentis ijs quoque utendum quæ per halitum euocent; de quibus & ante mentionem feci, & in sequentibus faciam. Haudquaquam tamē in eiusmodi affectibus uomitu utendum suaserim: sicuti nonnullis est uisum tum medicis, tum gymnastis, falsis (ut opinor) ex ijs quæ a Philotimo & Praxagora de eiusmodi succorum curatione sunt scripta. Non enim cum lassitudinis affectus abundat, sed cum hi soli inestant, uomitus eos expellit: quippe cum nullum periculum sit, ne intro uiolentius reuellat aliquid eorum excrementorum quæ in carne constiterunt; quem admodum certe est, cum ambo redundant, & in primis uenis cruda, & in solidis mordacia. Caueri enim in talibus satius est utrumque reuulsum, & foras crudorum, & intro mordacium. Sicuti igitur in superioribus cauimus, ne crudi succi foras traherentur: ita ne mordaces reuocentur intro, est utique cauendum. Summe uero eorum quorum occasione foras ferantur, hæc sunt, exercitatio, & frictio, & balneum, & fomenta calida, et unctio calfaciens, tum ex animi affectibus iracundia, & uno uerbo omnia quæ succos qui alte in animantis corpore sunt merli, ad motum quoquo uersus irritant. Quorum uero occasione intro ferantur, ea sunt quæ utique prohibent foras ferri. talia sunt ex ijs quæ cuti propinquat, & quæ frigida sunt, & quæ adstringunt; ad hæc, quæ cuncti succos [introrsus] attrahunt, aut alias quoquo modo ipsorum intro motum excitant: quorum sunt tristitia, & horror quacunque de causa ortus; (quippe cum & ex calida causa & frigida tum horrorem gigni, tum etiam rigorem qualem supra descripsimus, est ostensum) præterea quæ auditu uiuæ animo aut stupore aut horrorem incutiunt. Hæc itaque omnia deuitanda tum sunt, cum idem homo pariter & lassitudinem sentit, & uenas habet crudis succis refertas. Nam neque qui extra sunt, recte intro reuocantur; neque qui intus sunt, foras: immo qui foris sunt, leuiter educendi per halitum sunt. Siquidem quæ uehementius id faciunt, etiam eorum quæ intus sunt, aliquid attrahunt. Qui uero intus sunt, ij attenuandi coquendique sunt. Quod si uel uomitu eos uel alui deiectione educere uiolentius tentes: utique eorum qui foris sunt, aliquid intro rapueris. Neque accusandus Philotimus est, si tali usus expulsiōne est, ubi citra ullum alium affectum crudorum abundantia in primis uenis constitit. Quin potius nos ipsos assuefacere par est, ut ueterum scripta diligentius inspiciamus. Ergo quibus intus crudi succi copia est, & foris lassitudinis sensus: ijs hyssopum in mulso coquens, non statim, nec primo die, sed in sequentibus dabis: uomitu uero abstinebis, ueritus (ut diximus) ne quod excrementi externi intro rursum reuocetur. Praxagoras uero ac Philotimus ratiōabiliter post eiusmodi mulsum, uomitum probant, propterea quod crudos citra

lassitudinem succos eurrant. Ceterum quoniam de his abunde dictum est: tempus monet reliquum agrediamur affectum, in quo cum ulceroso sensu etiam crudorum copia in corporis habitum est recepta. Accidunt hæc in ijs maxime negotiorum circumstantijs, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos succos a uenis in carnem rapit; idque ijs qui nullam ad præsens recentem cruditatem contraxerunt. Quippe hæc si adsit, uniuersum ita corpus crudis occupabit. Cuiusmodi affectus curatio etiam post a nobis dicitur. Verum quoniam compositum omne posterius simplici est: præstat (arbitror) reliquum simplicem affectum prius expedire, ac deinde ad compositos tenere: quanquam ne hunc quidem omnino simplicem est arbitrandum, sed ut inter lassitudines sua sponte ortas simplicem. Proposito namque nobis affectu qui lassitudinem excitat, adijcimus illi reliquos. Sed quia in missione alias simplex unaque affectio additur, alias composita: ita simplicem appellauimus hanc de qua nunc agimus. Esto igitur crudi succi copia in solidis animalis partibus, non in uenis: cui accedat ulcerosus lassitudinis in his ipsis affectus. Quippe talis erat is de quo inter initia sermonis loqui institueramus. Sicuti igitur in quorum uenis, & præcipue in primis, crudorum copia erat, ijs esse a calidis cauendum censuimus, ueriti ne eiusmodi succi in habitum corporis pertraherentur: ita nunc id timere non oportet. Ergo danda his sunt quæ uel ad cutim usque calorem suum transmittant: fricandumque largiter oleo quod relaxandi uim habet: ac potissimum mane cum surgit a somno. Nam ea frictio simul coquit crudum succum, simul corpoream molem animantis nutrit. Quiescendum uero post hæc diu est, siquidem probe sint cessura. Sanè multo euidentius efficiant cuius gratia sunt, si homo exiguum cibum pridie sumplerit, nec aliud a cæna bibat quæ uinum quod solum sit ac tenue. Nec uero illico exercitandū assidue et uehementer est, nec ubi imprudenter crudo adhuc succo nutrirī corpus cogamus. Vtilius itaque fuerit mane largius fricare, & post id diu quiescere, ac modice inambulare, tum denuo multa uti frictione, & balneo modice calido, præterea alimentis quæ & boni sint succi, & minime glutinosa. Eorum materia supra iam dicta est, ubi ptisanam ad talia laudauī, & pisces saxatiles, & aues monticolas. Apti cibi sunt & qui attenuant, de quibus scripsimus uno libro. Nec est quod uerearis, ne calorem uehementer accendas: quinimmo medicamen quod diacalaminthen uocant, audacter dabis. Est uero compositio eius huiusmodi. Accipe calaminthes, & pulegium, & petroselinum, & seseleos, cuiusque uncias duas: seminis apij, cacuminum thymi, utriusque uncias quatuor: ad hæc lybistici uncias xvi. piperis uero octo & quadraginta. Ac piper quidem grauis esto ponderis: quod βαρύσταμον uocant. Seselei uero Massiliense, petroselinum Macedonicum, huiusque præcipue Ascreoticum: Calaminthe & pulegium potissimum ex Creta. Similiter ratione certe ex regionibus editis & siccis. Simili ratione & ihy-

& thymum. Atq; herbarum quidem quicquid lig-
nosum durumq; est, id abijciendum: accipienda ue-
ro ad medicamentū folia, atq; ex his maxime quæ
subtilissima uirentissimæq; sunt, atque in summis
herbis nata: ad hæc flores, & quæ cum ijs sunt unā
minutissimas tenuissimasq; festucas. hæc omnia si
mūl tundenda cribradæq; sunt tenui cribro. Quip-
pe eiusmodi medicamēta in totum corporis habi-
tum maxime digerūt: ueluti ediuerso crassiora
in uentre hærent, ut quæ angusta uenarum oscula
subire nequeant. Quamobrem etiam medicamen-
tum quod diospoliticon uocāt, cuius in hoc libro
mentionem feci, crassius facere soleo quoties dei-
cere alium per id studeo. Quidam uero id non in-
telligens, cum tenuissimū minutissimumq; instar
pollinis fecisset, ut alio deijciendæ nihil contulit,
sed urinam planè multā mouit: mecum rem com-
municauit, mirans ac sciscitans euentus eius ue-
ram causam. Ipse enim arbitrari se aiebat hominis
intemperantiam, (nam ita appellabat) eius quod
inciderat, causam esse, ut uero propriā causam di-
dicit esse compositionis rationem, postmodū ali-
ter cōposuit, meliore successu. Ac huius quidem
præcepti in omnium medicamentorum composi-
tione meminisse expedit: propositum uero in præ-
senti medicamentum, omnia prorsus subtilia po-
stulat, quod facile in omnem corporis partem dige-
rantur feranturq;. Miscendum uero his ita præpa-
ratis est mel optimum curiose despumatum. Por-
rò usus eius erit post matutinā frictionem, anteq;
exercitationem & balneum. Licet & sine admisto
melle siccum medicamentum reponere, eoq; salis
uice ad obsonia præparati uti. Licet & in prisanā
uelut acetum iniicere, uel in eiusmodi aliquid pro-
pipere. Non modò autem siccum ipsum medica-
mentum, salis ritu in uario est usu, sed etiam cum
melli est admistum. Si quidē id quoq; potest cum
aliquo cibo mistum sumi, ita ut iucundum utenti
sit. Post cibum tamen nunquam nec hoc medica-
mentum, nec aliud ullū quod ad distributionem
uehementiorem facit, sumendū est. Non enim di-
stribui tum, sed concoqui quæ sumpta sunt, est uti-
lius. Melius itaque sit ijs qui externo aliquo præsi-
dio ad concoctionem egent, hoc tempore exhibe-
ri diatrion pipereon simplex: cuius cōpositionem
ante exposui. Quinetiam ipsum piper potioni in-
spersum, per commodum est ad ea de quibus agi-
mus, quod si qua fortasse maior necessitas incide-
rit, etiam quod ex succo mali cydonij conficitur:
cuius omnem compositionem uiresq; diligēter in
sequentibus explicabimus. Verum ad ea quæ nūc
agimus, omniū quæ mihi cognita sunt optimum
medicamentum est diacalaminthes. Nam & cras-
sa lentæq; attenuat, & per halitum educit, & urinas
mouet, & mulieribus menses. Est autem usu quo-
que iucundissimum, præsertim cum liberalius mel
accepit: quo tempore coqui largius postulat. Qui
uero auersantur dulciā, & mel fugiunt (nam eius-
modi quoq; naturas inuenias) ijs parū in compo-
sitione miscebis. Sanè melius his quoque fuerit si

Galen.

largius coquatur. Nam & minus est eō pacto dul-
ce, et minus stomachum eorum qui à melle abhor-
rent, subuertit. Atq; omnia quidem huiusmodi uel
ante nostram admonitionem sibi ipsi quis excogi-
tabit, unum scilicet ubiq; destinās, nempe ut quo-
ad fieri licet, iucundissimum fiat medicamentum,
sed tamen uirium eius utilitate seruata. Non enim
hanc, dum dulcedini studetur, solui subeo. Vbi igitur
circa duos uel tres primos dies ita præpara-
tus homo est, non incommodum fuerit etiam con-
suetis eum exercitatioibus admoerere: animadu-
sis prius tum coloris bonitate, tum alijs notis quæ
in præcedentibus sunt comprehensæ. Nam si om-
nia commode se habere uidentur, plenè exercitati-
dus est. Sin minus, etiam ante mediocritatem desi-
stet: ac in prius dictis tum uictu, tum medicamen-
tis eo die habendus: postridie rursus exercitati-
dandus, super iisdē tum notis, tum scopis, ut cum
omnia ex sententia, commodaq; appareāt, ad ean-
dem uictus rationem reuocēs, cui ante insueuit q̄
lassitudinis symptomate urgebatur. Quoniam ue-
ro & acopo, quod ex abiete fit, uti expedit ijs qui
in carne & tota corporis mole succos congeste-
runt, qui aut cōcoqui desiderant, aut per halitum
digeri: non ab re fuerit eius quoq; compositionem
appondere. Est igitur abietis pulcherrimum semen
circa Arcturi emersum, quo tempore Romæ Se-
ptēber mēsis est, apud nos uero Pergami Hyper-
beretæus, Athenis mysteria. Id semen coniicere
oportet in oleū quolibet anni tempore. Nullum
enim in ea re discrimen est. Melius tamen fuerit, si
id contundas prius quā iniicias: quādo ita citius
oleum sua qualitate uicq; inficiet. Erit id spatū die-
rum minime quadraginta. Nos uero sæpe & tres,
& quatuor, etiam multo plures menses macerari
permisimus: sic deinde semen abiecimus: humidū
uero linteo percolauimus. Esto uero eius generis
oleum, cui relaxandi uis inlit: cuiusmodi in Italia
Sabinum est. Cōijcies autem in quinque & uigin-
ti heminas eius seminis modium Italicū. Esto au-
tem & hemina ipsa Italica: quam utique & librari
nominant. Vbi uero maceratum in eo semen fue-
rit, multo planè minus redditur. Ei igitur quod re-
liquum est, idoneus ceræ modus erit, si quatuor li-
bras immiseris, resinæ uero abietinæ libræ unius
partem tertiam. Id æquat drachmas trigintaduas.
Iniicies uero & pineæ resinæ tantundem. Quod si
harum copia nō sit, earum loco terebinthina uten-
dum. Coques uero commodius hæc in uase dupli-
ci, aut certe igni lento, qualis prunarum est: quæ
tamen nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen-
hoc aptissimū est ad omnem lassitudinē, seu spo-
nte ortam, seu alia quauis ratione contractam. Vti-
le sanè medicamentum est & quod ex populi flo-
ribus fit. Id tale est, Ex floribus populi adhuc con-
niuentibus modius Italicus in quindecim aut uiginti
libras Sabini olei immittit. Si id præsto nō
est, simile aliquod præparandum oleum est. Di-
ctum uero in præcedentibus est, simile esse quod-
cunque tenue est, uel ullam adstringendi uim ha-

Tom. 2

n 3

bet

bet. Magis uero ad rem pertinebit, & si modice contritum ipsum florem in oleum coniicias. Quod si quotidie medicamentum dimouebis, idque potissimum cum sol feruebit, ac in domo calida repones; celerius ita magisque tum qualitas populi, tum uis in oleum migrabit. Itaque post binos ternosue mensures potes flore expresso atque abiectione habere oleum quod sine ulla morsione per halitum digerat, idque nihilominus quam abietinum. Quinetiam ceræ & resinæ tantumde injicere licet, quantum paulo ante in id quod ex abiete confici diximus. Siquando uero humidum id quod exprimitur, crassius uidebitur, sat fuerit uel quintam partem ceræ adijci, ne dum quartam. Ego uero etiam sextam me addidisse scio, ubi & oleum crassum erat effectum, & qui usus erat, liquidius medicamento delectabatur. Nonnulli diu macerari tum flores, tum semina non ferentes, partim ea percoquere in oleo coguntur, partim aquam injicere: utique qui cautiore sunt: quod uidelicet nec torreantur que sunt injecta, nec oleum uestionem odore referat. Qui uero his magis sunt curiosi, in duplicibus istius ualis coquunt, hoc fit cum in lebetes in quo sit aqua feruens, inseritur exiguum uasculum in quod fundi oleum debet. Id quod sane nos facimus, non tamē ad semina floresue coquendos: (quippe hac coctione minime egemus, propterea quod ea diu maceramus) sed tum cum in conficiendo medicamento ceram & resinas liquare in lebetes paramus. Qui uero celerius ea preparare cogitur, hunc necesse est ut prædictum est, præcoquere, & ne torreantur, aquam uinumue injicere. Atque ad ea quidē de quibus nunc agitur, utilior aqua est: uinum uero ad podagricos affectus, & uno uerbo, articulares. Porro sufficit tantulum aquæ admisceri, quantum coquendo totum uanescet. Is modus erit, si quadruplum eius aut quintuplum oleum sit. Ergo & hæc medicamenta succos quicumque non crassi, nec lenti in carne cutemque resident, euaporet: & ad hæc quod ex chamelelo fit oleum, tum ipsum solum, tum uero cera resinæque adiectis. Quorum modus hic quoque satis erit idoneus, si ceræ pars quarta, resinæ duodecima sit immista. Sicui uero nullius horum quæ me morauimus, oleorum copia sit, huic anethinum præparasse est facillimum. Potes uero & id medicamentum per halitum digerere, siue solo eo, siue cum cera resinæque utare. Danda uero opera est, ut in uase duplici & anethinum coquatur. utiliusque fuerit si anethum uiride sit. Quod utique si quo tempore requiris, competet, maturum id esto. Iam sampsynchinum oleum, hyeme & regione frigida, ac tempestate simili idoneum medicamentum est. Habeto uero ceram ac resinam id quoque, si præsertim manere id superuncto corpore diutius studes. Simili ratione rosmaris herba oleo incoquenda. Quod si nec ea sit ad manum: betæ albæ radix, & cucurbitæ agrestis, & althææ, & uitæ albæ, efficaciter euaporant ubi suam ipsarum qualitatem uiresque in oleo aliquo similis facultatis dimiserunt. Quodcumque uero sic præparatum oleum est, in id si uel ceram so-

lam, uel cum ea resinam injicere uoles; non solum pulcherrimum, sed etiam quod in loco bene haberebit, unguentum facies. Abunde autem omnino erit, si ceræ quartam partem, resinæ duodecimam injeceris. Si uero etiam duas resinas injicias, nepe abietinam, ac pineam, quam *σποδινίω* græce uocant, aut tertiam super has terebinthinam, aut etiam, hæc si desint, humidam pinæ resinam; sic quoque medicamentum feceris, quod euaporandi uim habet, iam hæc si desint, aut ea quæ in fœculibus habetur resinam miscenda, aut quam *φρόντιω* Græci dicunt, id est fraxam. Nec ignoro tamen has prædictas imbecilliores, cæterum non omnino contemnendas. Cum uero reliquos lassitudinis affectus sit, in quo supra ulcerosum sensum copia crudorum in toto corpore congesta est: de hoc quoque dicendum est. Nec est inuentum difficile quemadmodum emendetur, siquis ea quæ dicta sunt, sequatur. Si enim ubi in primis uenis crudi succi copia est, dissilandum nobis eum esse, concoquendumque diximus, cauendum semper ne in habitum corporis traducat: ubi uero in extremis uenis & corporis habitu resedit, & concoquendum pariter, & per halitum resoluendum; nimirum quibus ambo inciderunt, in istis ambæ rationes sunt miscendæ: atque id, si quidem parinoxa urgere uidebuntur, equali utriusque respectu. Sin alterum prægrauat, utique totius curationis studio in id propenso; nec tamen altero quod minus est, neglecto. Miscebis autem utriusque curationem, ad hunc modum: Non enim ab re fuerit exemplo aliquid de hoc egisse. Suasimus istis quibus in primis maxime uenis crudi succi congesta copia est, simplici dia trion pipereon medicamento uti. Ergo si non modo in his, sed etiam in omnibus uenis sit, superque in ipsa carne: in principio curationis ipso dia trion pipereon utendum, sed cui admixtum petroselinum tantum sit, quantum anisi, & thymi, & gingiberis habebat: post primum uero diem, magisque etiam post secundum miscendum eidem est aliquid diacalaminthes. mox uero partes æquæ miscende; procedente deinde tempore, ipsius diacalaminthes plus addendum: ad extremum uero etiam solum exhibebitur. Ad eundem modum & in reliqua omni uictus ratione, quoties pares affectus sunt, miscende eorum medendirationes sunt, sed ita tamen, ut inter initia potiores medendi partes istis præstentur quæ in primis continentur uenis; in fine uero, istis quæ in carne; medio inter hæc tempore ambæ rationes æqualiter miscbuntur. Hæc igitur & prædicta à me sunt, et patere iam arbitror qua ratione corrigi oportet, quod peccatum in succis est, prius quam hominem morbus occupet. Ex istis enim quæ in ulceroso affectu retulimus, cum adiuuans uictioso succo est: ratiocinari licet & de alio quouis, cum solus consisterit. Ac de primo quidē lassitudinum genere, in quo punctiois quidē sensus omnes animalis partes infestat, ac cæteris uictiosis succi redundantibus, quæ corpori uel solæ, uel cum lassitudine accedunt, sermone diximus uniuersa. De ea uero lassitudine quæ à nobis tentionis est appellata

appellata, deinceps agamus. Atq; hanc quidem cum citra exercitationem constiterit, abundantiam indicare aliquā, quæ solidas animalis distendat, tum alijs quibusdam probatis uisum est medicis, tū non in postremis Erasistrato. Vbi uero sanguinis redundantia grauat, dictum (puto) supra est optimum esse uel uenam incidere, uel malleolum scarificare. Resumendus uero idem & nunc sermo est uel Erasistrati causa, qui nec in alio quouis, neq; uero in hoc affectu sanguinis detractio ne est usus. Ac quod in saluberrima quidem natura, de qua sermo habetur, licet alia quoq; ratione eiusmodi redundantia emittere, dictum supra est. In uitiosis namq; in quibus uidelicet uel in cerebro, uel in spiritus instrumentis excrementū subsistit, quantum discrimen aditur si sanguinis detractio omittā, alia uacuādi ratione utare: dicitur alicubi in sequentibus libris, ubi de uitiosis corporum statibus agemus. Sed & dictum iam est in libro quem de sanguinis missione scripsimus contra Erasistratum, quo minus hoc loco longior de his habendus sermo est, sed ad reliquum & tertium lassitudinis genus, cum sponte oritur, transeundum: quod in superioribus phlegmones similitudinem repræsentare diximus, & propter doloris magnitudinem, & quod cum euidenti calore etiā musculos in maiore molem attollat. Hæc lassitudo ne paucis quidem horis, nedum duobus tribusue diebus, eodem tenore consistit, prout Erasistrato placet: sed statim febrē accendit uehementissimam, nisi sanguinis detractioe malo prius sit occursum. Quinetiā calidissimus est in huiusmodi lassitudine sanguis: eiusq; plurimū detrahi possulant qui ea premuntur ferē omnes. Non pauci uero eorum febricitant etiā si sanguinem detra xeris. Itaq; nec cunctari, nec parum detrahare cōuenit, sed & mature educere, & nisi quid aliud uetat, ad animi defectum usq;. Optimū uero fuerit, bis eodem die, si fieri potest, detrahare. Ac primū quidem ita mittere expedit, ut animi defectū homo non adeat. Secūdo uero ne defectus quidem ipse est formidandus, quippe qui priore detractio ne resolutus est, secundam sustinere haud poterit. In hac uero siquid tale homini incidit, facile reuocabitur. Qui uero sic affectū sanguinē nō miserint: hi si euaserint, utiq; fortunæ beneficio id acceptū ferēt. Sed nec euadent: nisi alia quapiā ratione leuentur, aut sanguinis ē naribus profluuiū, aut largo sudore effuso. Porro æstimare diligenter oportet qui sanguinē sunt missuri, in thoracine, dorso, & lumbis tensio pulsansq; dolor figatur, an in capite potius & collo. His em̄ affectis humeralē uenam diuides: maxime si repletum caput & calidū sentiunt: illis uero internā. Si uero omnino æqualiter lassitudo corpus occupat, ambarū mediā. Ac si ab incisā quidē uenā febrē coeperint, alterius est artis his p̄spicere. Sin autem tū nō febricitēt, primo die post incisā uenā aut prisanæ cremorem, aut forbitionem ex alica solum dabis. Secūdo uero etiā lauare licet cū copioso oleo, nutrire

uero tacti laueris, planē moderatissime debebis, lactuce, si placet, aliquid offerēs, uel (si sit) cucurbitæ & prisanæ. Est & alica non inutilis, siue hanc aceto ut prisanam condias, siue etiam sine aceto. Si cucurbitæ copia nō sit, malua betaq; & lapathio & attriplice est utendum. Quod si carnē quoq; gustare uelit, saxatiles pisces uel oniscos in albo iure bene elixos dabis. Voco ius album, cum sine garo, magisq; etiam sine superuacua conditura, cuiusmodi *καρυκλιν* Græci uocant, preparatur, anetho saleq; cū oleo & porri exiguo in aquā coniectis. Vino autē utiliter etiā ipso secūdo die parceret, tertio uero, siquidem aquę portionē facile toleret, tunc quoq; uino abstinebit: si non ferat potissimū quidē apomeli dabis. quippe leuiter refrigerat ea quoq; potio: quo utiq; indigent quę phlegmones sensum habent lassitudines. Hoc si nō sit, albū & tenue uinum offeres: aliaq; pro ratioe exhibebis, quæ ut boni sint succi, ita minime calfaciāt. Cauē dum uero præter cætera est ne propere & multū, nō sensim & paulatim renutrias. Quippe qui post huiusmodi exinanitionē ad pristinā dietam protinus redeunt, ijs corporis habitus crudis succis impletur: quos nimirū anteq; concocti commode in uentre uenisq; sunt, corporis moles ad se rapit. Et hæc quidem lassitudo cōmodissime ad hunc modum curatur. Quam autem ob rem in ijs qui hac premuntur, iterari sanguinis detractioem iubēā, nec hos multū ac simul reficere: satis profecto fuerit uel Empiricorū causam reddere: nempe q̄ & magis iuuatur quibus sic est emissus, & bona ualitudine diutius fruuntur qui sicut cōprehensum est sunt tractati. Cæterum & quæ ex natura rei ducitur rationem apposuisse non sit alienum. Quoniam igitur in hac quæ ueluti phlegmone fatigat lassitudine, uis calidi sanguinis congesta in corporis mole est, uenæ autē sectio succos ē uasis emittit, utile est post priorē detractioē tantisper intermittere, dum aliquid eorū qui in corpore sunt humores, remigret ad uenas. Quod tamē quoniam committendum non est ut in his maneat, utpote ex dimidio corruptum, sed potius plurimum eius expellatur: idcirco detractioem sanguinis etiam secundo die iteramus: aliquādo uero & in tertio, ubi uidelicet & reuellere, & ex alijs in alia transferre uisum est conducere. Dictum uero de omni eiusmodi ratione exactius est in ijs quę de sanguinis detractioe scripsimus, quæ nunc ideo recensendi locus non est, q̄ & ad medēdi artem magis pertinet, & in hoc ipso fortassis opere plenius de sanguinis missione sumus acturi. Reliquum ergo est ubi docuerimus nō esse à sanguinis missione festinanter reficiendū, hic librum hunc finiamus. Præsumetur autē & ad huius sermonis fidē, quiddam quod in opere de naturalibus potētis est demonstratū. Ibi em̄ ostendimus, omnibus ijs quæ propria natura regūtur, uim quandā esse insitam qua similes quibus alant succos possint attrahere. Demonstratū præterea est, ubi proprio & cōmodo nutrimento destituuntur, urgeri uel non com

modum rapere. Tale porro est quod nondum in uentre uenisq; concoctum est. Ergo necessum est cum homo largius se cibis impleuerit, eo casu crudi succi plurimum in corpus animalis rapi, idq; multis de causis, & quod deterius in uentre uenisq; concoquitur quod copiosius est, & quod multum in corporis molem ideo subit, quia multum superest, & quod citius etiam q; par est, propterea quod uenter uenis, uenae reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nondum confectum est, permittit. Quod adeo non facerent, si id exiguum esset quod ipsae haberent. Demonstratum est enim partes ipsas ex alimento primum sua portione frui, mox ceteris transmittere. Ergo ultima praecipuaq; noxae causa est ijs qui sic sunt affecti, quod quae in corporea animalis mole habetur partes, ubi multum semiconcoctumq; attraxerunt nutrimentum, non paruam excrementorum uim ex ea re congerunt; cum neq; perinde ac si bonum esset, concoquere id omne ualent, neq; etiam ut cum corpore coalescat & assimilet, efficere: immo parum prospere singulas functiones obire post uitiosum multumq; nutrimentum par est. Similiter enim his euenire necesse est ut uentri cum abundantia male praeparati cibi est refectus. Male praeparata uocō, quae elixari torrefieriue debentia, iustum in his finem non sunt consecuta. Ergo siue panis non satis est coctus, siue caro legumenue intra modum elixum, fieri nequit ut haec uenter probe concoquat. Eadem uero ratione se habent & quae in uentre male sunt consecuta, ad secundam concoctionem quae agitur in uenis: quae male praeparati cibi, ad concoctionem quae est in uentre. Quinetiam quae in uenis male sunt concocta, sic se habent ad concoctionem quae agitur in carne, quemadmodum se habebant cibi ad eam quae est in uentre; & quae ex hoc subeuntia, ad eam quae est in uenis. Ergo nec uenter externa quae sumpsit, exacte concoquit, nec uenae haec quae a uentre excipiunt. Sed nec carnes quae ex uenis, ubi probe ante non sunt consecuta. Atq; interim excrementi copiam in corpore protinere est necesse. A crem quidem omnem, ut breuissime licuit, iam diximus. Quod si quis dictorum cuiusq; certam ex demonstratione scientiam cepisse uelit, is librum de naturalibus uirtutibus legat; in quo primum illud liquidum demonstratum est, uentrem sua ipsius causa nutrimentum suscipere, ut eo tum fruatur, tum quod sibi defuit, suppleat; eoque amplexi id undiq; ac retinere totum, quoad se satiauerit. Secundum illud, eundem ubi alii praeterea non desiderat, iam sui partem (συνάγει) Graeci uocant, id est portam) recludere, ac quod ciborum superfluum, exprimere, pessumq; ceu alienum onus trudere. Deinde quod ipso transitu per intestina, ac potissimum tenuia, uenae quae huc pertinent, alimentum ad se rapiunt, quod ex mora quam in uentre habuit, & alteratur, & animali magis idoneum est effectum: mox in ipsis uenis quoq; ab alia in aliam tradit, ad eundem modum quo ex uentre in uenas. hinc uero iam plane confectum in singulas pertrahitur a

animalis partes; ubi tertiam concoctionem natum, ipsi alendo corpori assimilatur. Haec si quis ex eo libro colligat, nihil est quod causam amplius requirat cur multi habitu corporis exinanito, nisi sensim renutritur, plurimum excrementorum in toto eo congerant, atq; ex his non leuiter agrotent.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVINTVS
THOMAS LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Vintum de sanitate tuenda librum ingrediens, si qui forte erunt qui prolixitate operis nostri grauabuntur, hos primum solari uolo. Non enim nostra id culpa euenit: sed propositae rei natura. Si enim fieri potest ut qui breuibus longam contemplationem absoluit, nihil necessarium omitat: fateor errorē meum, ceu nulla necessitate ambages secutus sim. Sin clarius simul breuiusq; disseri de ijsdē non potest, nemo nos merito accuset, sed ipsos potius qui eorum quae necessaria sunt, non pauca praeteriunt. Est uero illud simul ex maxime necessarijs, simul uelut elementum totius artis quae ualitudine tuetur, quod numerosq; hominum sunt naturae, prout in confesso est omnibus tum medicis, tum gymnastis. Quorum tamen plurimi ita de ualitudine tuenda scribunt, quasi de uno homine agant: idq; ne uno quidem ostenso quem prius iuuerint: quanq; non unum, sed multos, quos morbis prius assiduis implicatos, ipsi postea multis annis in sanitate sua opera seruassent, indicasse, ac sic ad scribendum accessisse par erat. At nos ipsis rerum effectis id ostendimus: & ijs qui prius assiduis premebantur morbis, inde adeo q; sanitatis praecipis paruissent, in omni integritate seruatis, sic demum de ipsis scribere sumus aggressi. Quippe alios exercitari in totum uetimus, istis uidelicet exercendi corporis causa susceptis, ac solis uitae actionibus contentos esse suauissimus. Alijs de multitudine exercitationum demere aliquid iussimus. Ut totum breuissimis cōplectar, alijs qualitatem tantum, aut ordinem, aut tempus, alijs uniuersam earum mutare speciem iniunximus. Aequae uero de balneis praecipientes, utiq; q; aut omnino his supersedendum esset, aut saepius quam ante utendum, aut rarius, aut ante cibum tantum, aut etiam post cibum, aut calidioribus quam ante, aut magis tepidis, aut frigidioribus: prorsus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuisset si neq; naturales corporum differentias competas habuissē, neq; debitam cuiq; salubrem uitae rationem. Nonnulli uero ex ijs qui de sanitate tuenda literis produnt, aut etiam sine scriptis de ea praecipunt: ne se ipsos quidem defendere a morbis perpetuo potuerunt. Ita cum a cauiantibus tum alia quaedam, tum uero uersus ille obijciatur, ἄλλω ἢ ἰατρῷ, ἢ ἰατρῷ ἑλκεσι βρύνω. (id est, Alijs medens, at ipse ulceribus

ulceribus scatēs) alij id negocijs imputant, alij ob intemperantiā se agrotare fatentur. sed horū magis improba me iudice defensio est, q̄ ipsum qd̄ obijcitur crimē. Qui uero ijs quā in uitā incidūt, causam tribuunt, siquidem diaria febris laborant, ex aestu, frigoris, lassitudine, alijsq; id genus occasionibus: hos uindicare à culpa decet. sin alia qualibet, minime. Quippe nec ipsi omnino sine febris exegimus, immo ex lassitudine nonnunquam febricitamus: nullum aliās morbū multis iam annis experti. Quinetiam percussus certis corporis partibus, unde alij phlegmonis bubonisq; contra ctis febricitarunt, ipse nunq̄ phlegmonen bubonem ueni fēsi, nec febris laboraui; non aliunde certe q̄ ex seruandae sanitatis arte tanta commoda consecutus: cum alioqui nec salubrem corporis statū ab ortu ipso sim nactus, nec uitam plane liberam sortitus, sed in qua tum artis officijs seruiērim: tū amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus inseruiērim: tum plurimam noctium partem, nonnunquā agrotatium ipsorum causa, semper autem dulcedinis studiorum gratia peruigilauerim: nec tamē ullō fēsi me corporis morbo tentatū multis annis, excepta (ut dixi) diaria quandoq; febris: (quā tamen & rarissime, nec nisi ex lassitudine incidit) quamuis in puerili aetate, atq; etiam tum in ephēbia, tum adoleſcentia, morbis nec paucis, neq; his leuibus premerer. Sed post octauum & uigēsimū annum, cum persuasilem mihi esse conseruandae sanitatis rationem quandam: praeceptis eius per totā deinceps uitā parui, ita ut nec minimo morbo post laborarim, nisi forte (quā tamē rariū incidit) diaria febris: cum alioqui liceat hanc quoq; in totum effugere si quis liberam uitam sit nactus: ueluti in superioribus iam ostendi: fietq; si quis animū aduertat, etiam clariū in ijs quā mox dicam. Illud enim affirmare ausim, ne bubone quidem laboraturos eos qui preparati ad sanitatem adunguē sint, si modo eorum corpus ab utroque excrementorum genere uacet, & eo quod in quantitate consistit, & eo quod in qualitate. Atq; ad eos quidem qui nunc sanitatis tuendae praecepta dicto scriptōue profitentur, uel hāc satis arbitror. Prioribus uero, quosq; nec seipſos extra morbum perpetuo, nec eos qui ipsis paruissent, seruasse aut aliorum relatu audiuiſimus, aut ipsos in scriptis suis tale quippiam iactare ausos: ne contradicendum quidem cenſeo. Mirādum certe potius arbitror si quis eorū uniuersam sanitatis tuendae artem uno libro complecti est pollicitus, praefertim non (sicut Hippocrates) in primis & summis capitibus methodū indicās, sed sicut nos, omnia rationibus firmans. Ac prolixitatis quidē sermōnū nostrorū causa iam dicta est. Quisquis autem honesti probiq; studiosus est, ac pro ijs quā optima sunt, diligens: hunc decet non tā artis huius lōgitudine grauari, q̄ magnitudinē eorū quā promittit, suspicere. Nam qui, quāso, non magna illa mirandaq; artis opera sunt, sicut nō ab ipso ortu imbecillū corpus fuit, hūc & ad plurimā perdu-

xisse senectutē, & sensibus illaēis, ab omni prorsus morbo doloreq; alienū atq; integrū perpetuo seruasse? Ego uero etiam nonnullos quibus salubre admodum firmumq; natura corpus erat, uideisse mihi uideor permultis morbis afflictoſ, ac postremo immedicabilibus malis in senectute salte oppreſſos: quos tamen fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tum sensibus omnibus illaēos, tū reliquis corporis partibus sanos ad ultimā usq; durasse senectutē. Quonā igitur pacto turpe non sit, qui optima natura sit praeditus, hunc ob podagrā ab alijs gestari, aut calculo iam ciuciātū, & colico, & ulcere in uelica ex cibis mali succi cōtracto, doloribus contabescere? Quomodo rursus non turpe sit propter articulare morbum suis ipsis manibus uti non ualentē, alienis egere quibus orci hos admoueat? Cuiq; sedes infirma est, eo qui in deiectione [subministrat]. Satiū enim sit, sicut ullum omnino peccus est, sexcētes malle mori, q̄ tali uitā uiuere. Quod si quis tam impudēs simul delicatusq; est, ut turpitudinē suā negligat: at dolores quos noctes diesq; ex uitijs suis sustinet, nō aliter q̄ qui à carnificibus torquentur, certe contemnendi non sunt: tamen si certe hēc omnia uel intemperantiā uel ignorantia uel utriq; imputent oportet. Verum intemperantiā corrigēda hic locus non est. Ignoratiōi eorum quā agenda sunt, hoc opere (ut spero) medebimur, scilicet pro quauis corporum natura, propria sanitatis tuendae ratione apposita. Intium uero mihi rursus ab optima natura iustum erat: ad cuius curationem omne consilium dirigitur, non eō ut corrigatur, sed ut in statu suo seruet. Id quod ipsi hactenus fecimus: qui de ea per singulas aetates praeter inclinantem (παρὰ πρὸς ἡλικίαν) Graeci uocāt) egimus. Cuius extrema pars senium proprie dicitur, ipsum quoq; in suas partes diductum, ut post dicemus ubi ea pars artis tradetur quā de senibus curandis agit γήρῳ μὲν ἡλικίαν Graeci uocant. Verū nunc saltē praecipuis eorum quā dicta sunt, repetitis: ad uitioſas corporum naturas trāsibimus, ac quemadmodum cuiusq; earum seruari ualetudo possit trademus. Ergo optimū corpus ad sui custodiā hāc in qualitate, quāitate, & facultate postulat. In exercitationibus, quā moderatā mediocresq; sunt, quoq; singulis corporis partib. equabiliter sint adhibita, idq; omni uitato excessu: aut sicubi in quā dictorum sit erratum, errore correcto. In edēdorum uero bibendorūq; natura, similiter in qualitate, quantitate, & facultate, hic quoque scopus esto ipsa mediocritas, ut nec plura nec pauciora capiat q̄ quā ubi cōcocta distributaq; in corpus sint, idemq; bene nutrierint, ac si opus sit gliscētibus adhuc, mediocre quippiam adiecerint: nihil relinquent quod uel superuacuū sit, uel deficiēs. Ad eundem modum in somno, uigilijs, balneis, animi actionibus, & alijs id genus, mediū omnis excessus seruari debet. Quod si in aliquo sit erratū, corrigēdus error est. Porro omnis corrigēdi erroris cōmunis esto scopus, contrarij excessus usurpatio

usurpatio: ita ut si plusculum pridie fatigatū corpus est, demas aliquid de exercitationum modo. Sin minus iusto se exercitauit, ut exercitij modū augeas. Eodē pacto si cōcitatiōe motu est usum, ut hunc modice remittas. Sin remissiore, ut intendas. Simili modo si robustior motus præcessit, ut pro hoc mitiorem inuigas: pro leuiore cōtra qui ualentior sit, & pro languido uehemētem, & pro uehementi contrarium: & unio uerbo, ut omnem excessum contrario excessu corrigens, in sanitate hominem custodias. Ut autem corrigendo nō erres, primum corporis affectus ad unguem scire oportet, deinde omnium eorum quæ priore die facta uideris, meminisse. Nam affectus quidem quæ delictum sit docebunt. Recordatio eorum quæ pridie sunt acta, quātum tibi à consuetis recedendum sit, insinuat. Atq; in affectibus quidem eiusmodi excessus uideas, quod aut gracilius, aut obesus, aut durius, aut mollius, aut licius, aut humidus, aut rarius, aut densius corpus q̄ ante apparet, cum eo etiā quod nec naturalem coloris gratiam ad unguē seruat. Memoria uerō factorum, & quod peccatum est, ostendet: & prout corrigitur, ex præsentium collatione docebit. Nam si gracilius redditū corpus sit, æstimare oportebit, atq; ad memoriam reuocare, plus ne q̄ par erat, exercitando fatigatus homo sit, aut cōcitatiōe motu usus, aut fricādo lauandūue modum excessit. Ab his mox considerare, nimiane cogitatiōe sit usus, aut nimium uigilauerit, aut per alium lōge plurā iusto deiecerit. Expendi etiam debet num domus in qua uersatus sit, calidior fuerit, aut parcius comederit uel biberit, aut ueneri liberius indulserit. Sin obesus uisum corpus sit, num frictio [mollior,] aut exercitium parcius aut tardius, aut somnus longior, aut uenter adstrictus, aut ciborum copia optime concoctorū præcesserit. Si uero durius quā ante corpus apparet: primum frictionum meminisse oportet, mox robustarum exercitationum, an hæc robustæ, & cum cōcertatore duro densanteq; præierint: ad hæc, an in puluere, eoq; duro ac frigido, & an citra apothē rapiam. Dein balnei, an uidelicet hoc planē frigidum fuerit, an nimium calens. Præterea domus in qua dormiens uigilans uel uersatus est, nū frigida. Itemq; ciborū siccitatis, & potionis penuriæ. Sin mollius q̄ prius, postridie corpus uideat: primum quidem frictionū meminisse cōueniet, an molles, & cū pinguitudine, & balneis leniter tepidis sint adhibitæ. Ab his reuocari ad memoriā debet an exercitationes tardæ & exiguæ cū cōcertatore immodice molli præcesserint. Dein an potio uberior fuerit. Mox an cibos plures, aut natura humidiores acceperit. Postremo an multum dormierit. Proximus molli corporis affectui est humidus: hoc differēs, q̄ mollis ipsorū corporū propria qualitas est, humidus qui in eo cōtinētur humorū. Discernuntur hi tactu. Nam humidus affectus cū madore cutis est, mollis sine hoc: quanc̄q; est profecto & molle corpus humidū suis ipsius

A partibus. Ceterū pro doctrinæ claritate hoc molle uoce, alterū humidum. Ac si cū quidē immodice corporis affectus habitū statim durū reddidit: non tamē cū mollitie necessario cōiunctus est humidus affectus. potest namq; durata caro esse, & tamen maior sudorue ē corpore emitti. Atq; in huiusmodi quidē corporis habitu, uel ex intempesti uo ueneris usū, uel alia quapiā ex causa, de uiriū imbecillitate suspicio est, uel corporis raritate ex immodice molli frictiōe, uel nimio balnei usū, uel aere domus ubi uersatus est, q̄ par erat calidior. Habenda præterea est & de potione cōsideratio, an ea uberior fuit. Et de somno, an is maior quā pro naturæ ratione. Et de aere ambiente, nū se non sensim, sed simul totū in humidum calidūq; mutauit. Et de cibis pari modo. In teneritudine uero siue mollitudine (utroq; enim modo cōsuetudo appellat) cum utiq; sine humiditate fuerit, cōcoctum probe nutritum esse, & corpus nutritum, sed exercitatum diminutius esse, putandū est. Contra in duritie aut duriter perfrictum esse, aut nimium exercitatum, idq; cum duro concertatore, & in puluere, iudicandum. Siccitas uero habitus penuria potioniis cibiue, aut uigilias, aut uitæ sollicitudinem, aut multam frictiōem, aut exercitationem immodicam indicat. Hæc itaq; consideras corrigere errorē quotidie poteris prius q̄ inausus error curatu difficilior euadat. Semper autē memineris excessum omnē contrario excessu esse emendandum. quippe omnium quæ præter naturā incidunt, omne huc consilium curationis dirigitur. Quare si huic præcepto, etiam corporū quibus præficeris dignoscendorū peritiam adieceris, & singulorum remediōrū facultates adiunxeris: uniuersæ iā artis quæ corpori hominis tuendo dicata est, peritus fueris: cuius ope nō sanis modo suam ualitudinē tueberis, sed etiam ipsi qui ægrotant, pristinum statum restitues. Atq; optimū quidem corpus cuiusmodi sit, dictū iam est. Quod ab huius perfectione defecit, scire licet tribus id de causis defecisse, aut q̄ statim in utero uitioso statu fuit, aut quod qualibet de causa in non naturalem affectum post concessit, aut ætatis ratione. Omnia uero corrigenda per contrariū excessum sunt. Senium enim, ut de hoc primum agam, frigidum siccūq; est, ueluti in libro de temperamentis est ostēsum. Corrigitur id per ea quæ calfaciūt & humectant. Talia sunt balneum dulcis & calidæ aquæ, & uini potio, præterea ex cibis quicūq; humectare & calfacere natura possunt. De exercitatione uero, frictiōe, & omni motu (ab his enim coepisse est satius, nā recte illud dictum arbitror, Labor cibum præcedat) hæc scire licet poetam ex parte uerum dixisse:

Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori.
Nanq; hæc iusta seni.

Non tamen in totum hoc esse positum. Postulat enim senum non secus quā iuuenum corpus dimoueri: cum insitus alioqui calor extingui in his periclitetur. Nam corporū quæ in florente ætate sunt

sunt, non desunt quæ quietē postulant: de quibus Hippocrates prodidit. Senum uero nemo quietem ex toto postulat, sed nec exercitiū uehementē. Cui enim uentulo quodam excitari accendiq; calor eorum desiderat: uehementiore autē motu deijcitur. Ac magne flammæ, eius quod ita accēdat, minime egent: cū satis ipsæ sibi & ad tutelam sint, & ut materiæ dominantur. Ergo nec à somno mane fricari desiderant omnes qui ægrotant, sicuti senes: cum eiusmodi frictionis quæ cum pinguedine adhibetur, duplex scopus sit: nempe ut uel lassitudinis affectum fanet prius quàm inauctus sebre accendat: uel imbecillam distributionis uim excitet. Nam multos quorum corpori longo tempore nihil ex alimento accessit, (*ἀτροφὲς* Græci uocant) eiusmodi frictione adhibita facile paucis diebus carne impleuimus. Verum quod alijs ex affectu certo in tempore incidit, id senibus ad est perpetuo: quippe quorum omne corpus frigidum est, nec potens ad se alimentum trahere, atq; id probe conficere, ex eoq; nutriri. Sed frictio cū & uitale robur excitet, & modice calfaciat, efficit ut & distributio nutrimenti sit facilius, & nutritio promptior. Hac uictus ratione & iuuenes non pauci qui ex eo quod alimentum his distributum in corpus non est, emaciati sunt, carnis incrementum receperunt: & senes planè omnes fructū non paruum fenserunt. Atq; hæc quidem una senibus ueluti exercitatio sit mane administrata, nēp frictio cum oleo. post hanc inambulatio gestatioq; quæ tamen sint intra lassitudinem, & ex senis uiribus coniectatæ. quarum causa de cibis potioneq; non pauca prius diximus. nunc de exercitationibus quoq; exempli causa quædā ponemus: de quibus hæc in superioribus didicimus: Quod acuta exercitatio (sic enim uocant cuius celeres motus sunt) corpus tenuat. cōtraria crassum reddit. multa corpus siccant. mediocrius obesum præstat. Diuum est & de cæteris omnibus exercitationū atque etiam frictionum differentijs. Verum exercitationis formæ quæ senibus utiles alienæ ue sint, tū ex corporis totius affectu, & consuetudine, tū uitij ipsi quæ infestant, intelliguntur. Ex totius corporis affectu, ad hūc modum. Nam optimi status corporis, de quo hæcenus sermonē fecimus, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosq; labores idoneum maxime est, ita in senectā se habet ad omnes mediocres. Quod uero aut crassis cruribus est, aut lato pectore, aut cruribus ultra q̄ par est gracilibus, aut qd̄ exiguo est thorace, aut admodū angusto, aut ualgu est uarūmtie, aut alio quouis pacto à mediocritate recedens: id ad plerūq; exercitationū ineptū est. Quippe uitiose figuræ thorax, in ijs quæ per uocē administrant, offendit. Crura uero per inambulationem lædunt. Ad eundē modū de manibus, collo, humero, lumbis, coxis, & tota spina, mihi dictū intellige. Quicqd̄ em̄ ex his parū rite ab initio conditū est, id sanè exercitatio imbecillū potius q̄ firmū redditur: nisi si cui moderatos motus imbecillis mēbris modicas

A exercitationes nominare placet. Verū ita de nomine magis q̄ de re lis fuerit. Scribis uero quæ præcipua ad sanitatē exercitia sunt, hæc per ualentiores corporis partes sunt obcunda: quippe cū quibus reliquæ simul mouentur exercenturq; Quinetiam consuetudo maximā uendicat partē ad exercitationis speciē deligendā. Nam quæ consueta sunt, ut minime lassantia quos exercent, etiam delectant: sicuti ediuerso quæ insueta sunt, tū displicent, tum uero lassant. Porro quibus operibus arte opus est, ea ne attingere quidē senes debebunt: non tibia, non tuba sonare, nō cithara: non magis q̄ quæ in palestra gerunt, qui luctæ sunt ignari. Senes igitur omnes cōsuetis laboribus sunt exercendi, sed tamen uehementia eorum remissa. Tertium quo dirigit qui exercitationis formā præscribit, ab affectione sumitur, omnis quidē ætatis cōmune, non tamen parē ubiq; uim obtineas, cum nec parem ubiq; noxā neglectum inferat. Quos enim ex leui causa uertigines, (*σπορματι* Græci uocant) comitiales morbi, grauis ophthalmia, uel aurium dolores male habent, ijs inclinatio capite dorsūue, aut humi uolutatis exercitari non expedit: immo tū ambulatione sæpe, tum cursu medio cri, tum gestatione in uehiculis, citra fatigationē uti. Simili modo nec quibus tonsillæ (quas *πιδυλα* Græci uocant) aut uitia quas antiades appellant, aut anginae facile incidunt. Nec quibus prompte in columnellā, gingiuas, dentes, deniq; partem aliquam ex ijs quæ circa collum aut totū caput habentur, fluxiones procumbunt. Quippe nonnulli dimidio capite infestantur, Græci *ἡμιπαρα* uocant. Alijs tendones, quos Græci *τένοντες* uocant, ex leui qualibet causa dolent. Quorū nemo exercitationē sustinet quæ caput impleat: sed sunt his omnibus, quæ per crura geruntur, utilia: sicut ediuerso qui imbecillis sunt cruribus, his superioribus partibus, exercitari est satius, chironomij, acrochirismis, disci factu, alterum usurpate rea his omnibus quæ in palestra humi exercent. At quorū mediæ crurū brachiorumq; partes oportune offensionibus sunt, ijs quoduis exercitationum genus idoneum fuerit: modo ne reliquarum considerationū ulla prohibeat. Quæ tamen circa thoracem partes sunt, magis inferiorū exercitatione iuuantur. quæ circa uesicam & renes, superiorum, lienis, uētriculus, iecur, intestina, & colon, sicuti in medio superiorū inferiorumq; sunt, ita se ad exercitationes habent. Frictiones tamen partibus infirmis quo tempore laborāt, ad mouere non conuenit. ubi sanè sunt, cōuenit uel magis q̄ alijs, & potissimum siccitas: quas & per lintē, & solis manib. liberaliter adhiberi expedit. Quinetiam qui certa periodo redeunt quibusdam partibus dolores: hi ne fiant, non parua ex eiusmodi frictione cautio est, si medio tempore, præcipueq; si duas uel tres horas ante accessionē adhibita sit, firmantur enim eæ partes, & consuetas fluxiones minus admittunt. Atq; hæc quidem non senum modo, sed & qui aliam quamlibet ætatem agunt, omnia

omnia sunt communia. Non exercitari uero imbecillis partibus, solis senibus suadeo: ex ceteris quanto quisque remotior à senio fuerit, tanto illi magis exercitanda pars infirma est. Quod utique & quod clariora quæ dicimus sint, exemplo prosequi non grauabor. Finge corpus aliquod ex ijs quæ adhuc augescunt, gracilibus esse cruribus. huic pica ri crura conducet, & modice fricari, & cursu uti potius quæ alia quauis exercitatione, porro præfici ei quempiam oportet qui modum in motu præscribat: quod neque intra quam expedit exercitetur, neque adeo ultra ut lassitudinem sentiat. Id tamen si non in exercitationibus modo, uerum etiam in alijs omnibus difficile intellectu sit: nos certe facile esse ostendimus in ijs saltem quæ ad salubrem uictus rationem pertinent. Neque enim in his præceptis occasio est, sicuti in morbis: immo ubi à tutissima in singulis mensura inceperis, & simul quod ex ea secutum est, æstima ueris, licet uel addas aliquid quotidie, uel detrahas, ac quod omisum est, corrigas: ueluti statim de ijs quibus gracilia sunt crura. Ipse namque cum aliquando traditum mihi tredecim annorum puerum, toto augmenti tempore ad ea quæ prædixi præcepta curassem, reddidi iuuenem concinnum, legitimique modi. Nam primo die illitum prius bis, deinceps, ut soleo, pice: iussu cur rere, nec celeriter, nec multum. Secundo die frictione quæ in qualitate quidam esset dura mollisque media, in quantitate uero exigua, atque hac cum pin guitudine adhibita præmollitum iussu paulo plus currere quæ prius, non tamen celerius. Ab ipso uero cursu ea quæ apothepiæ debet frictione sum usus. Iussi uero quotidie ambulare, sed inter initia modice, post uero modum augere. Aestimabam quoque in cruribus tum alia, tum præcipue uenas num amplius increuissent quam pro crurum bene alen dorum ratione. Quippe id graue est, & quod tem pore tum fluxiones humorum adsciscit, tum ual gos facit, haudquaquam bonum habitum crurum. Ergo non huic modo nota te esse attentum conue nit: sed & illud obseruare, non calidiora iusto red dita crura sint: num lassitudinis quippiam sentiatur. Nam si nihil horum apparuerit: augeri tum am bulationis modum, tum cursus oportebit: atque etiam alternis diebus picari. Sin aliquid eorum cernitur: tum & crura non pro consuetudine deorsum ac pro na, sed contrario situ, id est sursum habita in lecto collocare conueniet: & copiam omnium quæ dixi, minuere, minus inambulare, minus currere iube re, frictione inferne sursum uti. Hæc faciens, ubi naturalem planè habitum crura receperunt: rur sus ad eum quem cepisti remediorum usum redi bis, aut exiguis eorum incrementis usus, aut etiam eundem perpetuo modum seruans. adhibebis & quas rotundas frictiones uocant (hæ mediæ sunt dura rum ac mollium) alias à superioribus, alias ab inferioribus partibus incipiens. Aliquando uero & pul uere prius insperlis cruribus, oleum infundes, mox fricabis. Esto uero puluis qui appellatur pinguis. Sanè ita appellant in quo nec asperum quippiam nec

acre subest. quippe extenuat, potius quæ carnem auget quisquis aut pumicosam asperitatem, aut nitro sam fassam, uel acrimoniam in se habet. Sicuti uero crassiora quidem crura sunt, brachia uero cubi tiq; gracilia: huic omnia quæ per manus fiunt ex ercitiis, sunt petenda: fugienda uero quæ cruribus obeuntur. frictiones tamè & picationes simili mo do fiant, aliaque quæ de exercitijs crurum iam dixi mus. Neque enim parua in ipsis differentia est: alijs omnino ad motum inualidis, etiam si septuagesimum ætatis annum nondum attigerint: alijs multo his robustioribus, qui etiam supra octogesimum sunt nati. Ergo qui imbecilliores sunt, hos gestatione potius quæ in ambulatione dimouebis: ualidiores utroque genere exercitabis: agetesque ad secundam frictionem utroqueque: non tamen similiter, sed semper imbecilliores citius. Nam id quoque ex maxime communibus præceptis esto: Vbi imbecillæ uires sunt, crebra exiguaque frictione utendum. ubi ualida, rara multaque. Sed hæc atque alia ut dixisse quidam est facillimum: ita præesse senis sanitati tuenda, sanè est difficillimum: æque ut eorum qui ex morbo conualescunt. Porro hanc artis partem appellant iuniores medici Græce analeptice, quæ si defectricem dicas. Illam quæ senis sanitati prospicit, gerocomicem. Videnturque hi ambo affectus non esse exacta planè sanitas, sed uel morbi & san itatis affectus quidam medijs: uel omnino eius san itatis non esse quæ firma constansque sit, quam ualidæ & ijs appellant, sed eius potius quæ fallax incertaque sit, quæ isti uel gerocomicem nominant. Ergo si uel morbum, siue morbosum quendam affectum, siue medium quiddam sanitatis morbiq; siue uel gerocomicem sanitatem, senis appelles: huiusmodi quæ stionibus, cum nos leuissimi homines petunt, pro nihilo habitis, scire licet senilis corporis statum, quoniam ex leui momento in morbum decidit, simili ratione ijs qui ex morbo conualescunt, in uictu esse curandum. Quare dictum quidam facile est seni expedire mane oleo ungi, ac fricari: ceterum apte hæc opere peregrisse, omnino difficillimum est. Nam durior paulo frictio lassitudinem affert: præmollis uero inefficax est, sicut etiam quæ exigua omnino est. At multa magis per halitum digerit, quæ ad nutritionem conducit. Iam locus ipse ubi corpus senis nudatur, si frigidior est, non solum nihil affert commodi, sed etiam densat & refrigerat. Sin iusto calidior est: hyeme quidem ubi rarius corpus efficit, frigori obnoxium reddidit. Aestate uero & per halitum exhaurit, & uires deicit. Qui enim ualidæ & ijs sanis sunt, ijs ne uehemens quidem causa corpus alterat: seni uero uel minima causa maximæ mutationis occasio est. Similiter igitur se habet in cibi tum qualitate, tum modo: quippe in quibus senes si breue quippiam transgressi limites sint, non leuiter læduntur: cum iuuenes uel ex maximis erroribus minimum noxæ sentiant. Ergo tutius est imbecillo seni exiguum dare ter diebus, sicut Antiochus medicus solitus est se cibare, iam quidem annos natus plus quæ octoginta, ac quotidie ad foris progrediens

† ὅτι μὲν γὰρ
τὴν πρῶτην
τὴν ἡμερῶν
καὶ τὴν αὐτὴν
τοῦ τριῶν
τῶν, ὅτι ἐφε
ξῆς ὡς εἰσὶν
καὶ ὁ ραμῶν
ἐκείνουσα.
Id est, Nam
primo die il
lum pice inun
xi: deinde ut
solitus eram,
currere etiam
iussi. †

progreſſus in eum locum ubi cōcilium ciuium conuenerat; interim etiam longa uia ad aēros inuifendos pergens. Caterum domo in forum quaſi trium ſtadiorum ſpatium pedibus cōfecit. Quo etiam modo inſirmos ſiquos propē habebat, inuiſit. longius uerō ſiquo erat eundem, partim geſtatis in ſella, partim uehiculo uehebatur. Erat autem ei domi domuncula quādam quā hyeme calebat camino; æſtate citra ignem bene attemperatum aerem habebat. In hac mane omnino fricabatur tam æſtate quā hyeme, utiq; deiecta prius alio. In foro autem loco aliquo circiter horam dicit tertiam, uel ad ſummū quartam, ſumpſit panem cum attico melle, plerūq; cocto, rarius crudo. Poſtea partim cum alijs commētans, partim ipſe ſolus aliquid legens, ad ſextam uſq; horam perſeuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur: tum uero exercitabatur, aptis ſcilicet ſeni exercitatiōibus; de quarum forma paulo poſt agemus. Mox lotus, prædebat mediocriter; primū ijs ſumptis quæ alium deſiciunt; poſt hæc maxime piſcibus uel quos ſaxatiles uocant, uel qui in alto mari degūt. Rurſus in cœna à piſcium eſu abſtinuit, ſed boni ſucci aliquid, ac quod nō facile putreſceret, ſumpſit; utiq; aut far cum mulſo, aut auem ex iure ſimplici. Atq; hac quidem uiſus ratione Antiochus in ſenio uſus, ſenſibus illaſis, membrisq; omnibus integris ad extremū durauit. Telephus autem grāmaticus prouectiore quā Antiochus ætate fuit, ut qui centum ſerē annos uiixerit. Is uero hyeme bis menſe lauabatur, æſtate quater, medijs harum temporibus ter. Quibus uero diebus non lauabatur, ijs circa tertiam horam unctus eſt cum exigua friſione. mox mel optimū crudum alicā in aqua coctā permiſtum eſitabat; eoq; ſolo contentus pro ientaculo fuit. prandebat ſeptima hora, aut paulo citius, primum oleribus ſumptis, deinde piſcibus guſtatis, aut auibus. ueſpere autē tantum panem ex uino miſto edebat. Sanē uinū ſicuti pueris eſt alieniſſimum, ita ſenibus eſt aptiſſimum. Eſto autem id ex ijs quæ calidioris naturæ ſunt, qualia ſunt in Græcia quidē Ariuſiū, & Leſbiū, & quod Myſium uocant, non ex ea Myſia quæ ad Iſtrum eſt, ſed ex ea quæ Hellespōtia dicitur; quæ nimirum in noſtra eſt Aſia, Pergamo uicina. Ex Italicis uero, Phalernū, & Surrentinū, proxima hiſ ſunt in Italia quidē Tiburtinum, & Signinum, ambo uetera: quando nouella nec deductionem nutrimenti in corpus adiuuat, nec urinas promouent; ſed diu in uentre fluctuantia permanent. Secundo ab hiſ loco ſunt Adriannū, & Sabinum, & Albanum, & Gabrianum, & Triphylinū; præterea omnia Aminæa quæ in Italia naſcūtur, & circa Neapolin, & in Tuſcia. Cæterū Myſium Surrentino ſimiles uires habet; Falerino uero, quod è Tmolites eſt optimū. At Sabinum & Adriano Titacazenū & Ariuſium ſunt ſimilia. Ergo de hiſ modice antiquatis bibendū ſenibus eſt, utiq; quibus ualētius caput nō eſt; Quibus autē eſt, ijs & Phalernū, & Surrentinū, & A-

Galen.

riuſium, & Leſbiū, & Myſium, & Tmolites, idonea ſunt. Ergo in omni regione ad prædicta exemplā deligere ſibi quiſq; idoneū poterit; huc uidelicet omni conſilio uini pro ſenibus deligendi dicitur, ut in ſubſtantia ſit tenuiſſimū, colore qd' Hipocrates λεῖρόν, id eſt ſuluum appellare ſolet. poterat autem & φαιδρόν, id eſt ſlauum, id appellare. Commodum uero uinum eſt & quod ὀχρόν Græce, id eſt pallidum dicitur; utiq; quod medio colore eſt inter ſlauum & album. Quippe ſi ſlauum albo miſcere libeat: quod ex ambobus conſit, pallidum euadet. Et iam aquæ admiſtum ſlauum, cuius modi colorem reddit; uerū pro maiore minorē uel aquæ modo aliās pallidū, aliās ueluti quod Græce ὀχρόδονον, id eſt ex pallido albicans, uel quod ὀχρόφαινον, id eſt ex pallido ſlauum apparet. Calidiſſimum ergo ex iam dictis, ſi colorē ſpectes, ſlauū eſt; minime uero calidum, album. Quæ media inter hæc ſunt, prout alterutri magis accedit, ita uim eiūs exhibent. Vnum igitur illud maximum ſenibus cōmodum ex uino accedit, q' omnia eorum mēbra caſcit. Alterum, q' per urinas ſerum ſanguinis expurgat. Itaq; etiā optimū id ſenibus eſt, quod hæc maxime præſtat. Porro id eſt quod ſubſtantia quidē tenue eſt, (quippe urinas mouet) colore autem ſlauū, proprius enim is eſt præcalidorum uinorū color. Itaq; etiam quæ ualde ab initio alba ſunt, ſi inueterauerint, ſtauitiem quandam cōtrahunt; unde primū pallidula, mox uero planē pallida ſiunt. Quod ſi longiſſimo tempore ſeruentur, ex pallido ſtauentia cernūtur. Nam ut omnino ſlaua ſiant quæ alba uina ſunt, fieri certe nequit. Quæ uero ex pallidis aut ſlauiſ uinis, ſubſtantia pinguis ſunt, hæc & ſanguinem augēt, & corpus nutriunt; quo fit ut ea utilia ſenibus interdum ſint, utiq; quo tempore nec ſeroſam humiditatem in uenis habent, & alii liberalius deſiderant. Plurimū tamen qui hac ſunt ætate, ijs uinis indiagent quæ urinas cient: propterea q' aquoſum excrementum in ipſis abundat. Quæ uero diu in uentre morantur, eorū ſanē nullum aptū ſeni eſt. Eiūs generis ſunt & Aminæum à Bithynia, & ex Italicis Muſum, & Signinum, & Tiburtinū, quoad uidelicet ſunt nouella. Verū hæc omnia alba ſunt, nigra uero reliqua: quorū craſſa, quæ quidē adstringunt, ea longo tēpore in uentre manēt, & fluctuationes in eo excitāt, ueluti quod in Cilicia naſcitur Sybares, & quod in Aſia natū Aegauiſen uocant, & Perperimū. Quæ uero citra adſtriſionem nigra craſſaq; ſunt, quod genus ſunt Scybelites & Thyreum: ea minis in uentre morātur, urinas tamē nec ipſa mouēt, ſed deorſum properāt. Itaq; etiam ante cibum illa ſumunt. Cæterū ea ſenibus utilia non ſunt, nec cum præbibuntur, nec multo magis alio quouis tempore ſumpta, ueluti nec aliud quicquā quod craſſum efficiat ſuccum, quippe obſtruuntur hiſ iecur, lienis, & renes. Vnde fit ut ſenum qui hiſ liberalius utūtur, alij aqua intercutē, alij calculo laborent. Si quis ergo ſenū dulci uino uti à balneo uelit: ubi mane comederit,

Tom. 2

o

ſicuti

sicuti Antiochum solere diximus, huic optimum Faustianum Falernum fuerit; aut si eius copia nō est, simile aliquod. Porro similia fuerint quæ dulcia simul & pallida sunt. proxima his sunt Theretū, & Cyrenum. Non uetem etiam nec ijs quæ melle condiantur, senes uti: maxime quibus suspicio est calculi in renibus gignendi, aut podagræ alicuius, articularisue morbi impetus futuri. Porro uinum huiusmodi compositioni aptissimum fuerit Sabinum, aut simile aliquod. Coniicitur autem in id petroselinum. Atq; id solum articulis satisfaciāt. ijs uero qui calculo laborāt, etiam aliquid Betonice, & Cestri qui in Gallijs nascitur, est immiscendum. uocāt autem herbam eam farxiphagon. Qui uero curiosius id medicamentum cōponunt, etiam spice nardi aliquid iniiciūt. Sunt uero & alia quædam quibus urinas mouendi uis inest. Verum simplicem potionē pleriq; ex uino melleq; cōficiunt, adiecto rutæ piperisq; exiguō. Si uero prius quā lotus est, comedit quippiam, nec uenter eius ullo auxilio eget; uinum album, & quod parū aquæ tolerat, à balneo bibat. At quæ crassa dulcia & nigra uina sunt: ea omnia, propterea quod obstruunt uiscera, sunt fugienda. Verum obstructio quæ ex uino incidit, mediocris est. Quæ uero ex cibis ijs nascitur qui succū crassum lentumq; creant: huic non facile succurritur. Quo magis cauendum senibus est, à multo farris aut casei, aut ouorum, aut cochlearū, aut bulborum, aut lentis, aut suillæ carnis esu, multoq; magis ne anguillarum, aut ostrrearum, aut deniq; eorum quorum dura caro difficilisq; concoctū est, usum frequentent. Ob eandem rationē, nec eorū quæ testa integuntur, (ostracoderma Græci uocant) aut chartilagineorū, aut thynnorum, aut deniq; cetarij generis ullum utile his est. Sed nec ex carnibus ceruina, caprinæ, aut bubula. An hæc potius nec alijs ulli sunt utiles? Ouilla uero iuuenibus quidem nō malus est cibus: senibus uero nec ea est commoda. Atq; etiam hac multo minus agnina: quippe quæ humida, & muccosa, & glutinosa, & pituitosa est. Hædina uero sanè non incommoda seni est. Præterea aues eæ quæ extra paludes ac flumina stagnaq; degunt. Salita uero omnia meliora recētibus sunt. Ergo, sicuti diximus, ante omnia cauendum ab ijs qui obstruant cibis est. Quod si res cogat aliquādo copiosius his uti, protinus sumendū medicamentū diacalamintes est: cuius cōpositionē supra in quarto posui. Eius si copia non est, diatrion piperon petendū. Sin ne id quidem ad manum est, piper album tulum cribratumq; diligenter, ac in pollinem redactū, & cum cibus esse, & potioni inspergere: sed & capas esitare tū expediet: quinetiā allium, si huic assueuerit. Antidotus quoq; ex uiperis, quam Theriacen uocant, non incōmode senibus datur, potissimū ubi post obstruentes cibos ea quæ obstructio nes liberent, ante hanc exhibueris. tum enim efficacissimū ex Theriace præsiditū expectes. Quod si ab istiusmodi subducta alius sit, utilissime The

Ariacen postridie dederis. Acque uero & quā Ambrosiam, & quam Athanasiam uocāt, aliq; id genus medicamēta, quæ cūq; ex prædictis aromatis sunt cōposita. Seni tamen qui accurate sibi prospexerit, nusquam tali medicamēto opus erit: sed si quando extenuante uictus ratione egebit, satisfaciēt quæ alio opere seorsum scripsimus, in quo de extenuante uictu differuimus. Iam illud patere arbitror, panem quoq; his exhibendum qui nec sale, nec fermentum, nec subactionem, nec iustā coctionem desideret: non autē aut istam publice laudatam similaginem, aut quæ ex ea sunt, quippe omnia talia non solum coctū difficilia, sed etiā mali succi sunt, uisceraq; obstruunt. Ac nisi placētis quæ ex butyro & similagine fiunt, mel afflatim esset admistum, nullus cibus omnibus hominibus nedum senibus magis erat aduersus. Ceterū quid noxijs salubria misceas, cū liceat melle per se uti, partim cocto, partim crudo cum pane? Cura uero maior habenda est de panis bonitate q; mellis. Nam mel profecto melius fuerit quod specie ac uiribus Attico sit simile. Quod si tale non datur: quolibet utare, modo ne mali odoris sit, neue ceræ qualitates aperte præferat, neue præsertim qualitatem quāpiam extraneam. Adeo uero panes id genus quale modo retuli, utile quicquā senis corpori non conferunt, ut etiam sint alienissimi: atq; hoc amplius, quod sint magis puri. Video autem athleticis id genus studio præparari: uerū his ad ea quæ moliantur, aptum est. Seni, nisi multū admistum sit salis, nisi multū fermenti, nisi diligentissime sit coctum, crassum efficit ac glutinosum suum: qui nec ulli alijs est utilis copiosius inauscus. Ergo & obstructions in iocinore, liene, & renibus facit: maxime quibus in his uisceribus uasorū exitus angustiores natura sunt. Nam sicuti in ijs uenis quæ palā oculis subijciunt, nō parua amplitudinis diuersitas cernitur, tū alterius hominis ad alterum, tum in unius cuiuslibet partibus: sic in ijs quæ intus latent, se habere putandum. hanc tamen differentiā prius q; experimento sit explorata, internoscere non est. Experimentum intelligo, quam ex eorum quæ sumuntur singulis facere licet: ita ut si quis hæc crassa sumere sit assuetus, nec tamen offenditur, latus habere prædictorū uiscerum uenas sit putandus. sin facile offenditur, angustas. Nouimus enim senē quendam agricolam qui amplius q; cētum annos ruri uitā egerat. huic plurimum nutrimenti caprinū lac erat: quod aliās cū mica panis in eo macerata statim sumpsit: aliās mel immiscuit: aliās coxit, etiam thymi cacumina unā cū pane insiciens. Hunc quidam imitatus, uel delictum tam longæ uitæ causam ratus in lacte subesse, perpetuo ladebatur, quocumq; id modo sumpisset. Nam primū illi grauabatur os uētris: mox tendebantur in dextro præcordia. Alius quoque simili modo cum lacte uti cœpisset, de reliquis nihil est questus (quippe qui & probe id concoxit, nec acidum aut humidum ructum ex eo sensit, nec flatum aut grauitatē in præcordijs) septimo tamē

quāam

quàm sumpserat die iecur se sentire manifeste grauatū dixit: quippe uideri sibi quiddam in dextris præcordijs ceu lapidem iacere, sic ut deorsum traherentur quæ supra essent, & tensio ad iugulum usq; pertingeret. Constat itaq; huic obstructum iecur fuisse, illi flatu intumuisse. Quinetiā noui cui ex diuturno lactis usu calculus in renibus est natus: sicuti alium quendam qui omnes dentes amisit, læsitq; id uero alijs quoq; multis contigit ex diuturno lactis usu. Alij rursus citra noxā lacte perpetuo sunt usi, immo etiā cū maximo fructu, ueluti agricola quem supra cētum annos uixisse diximus. Vbi enim nec qualitas lactis, utentis naturæ quicquam est aduersa, & uiscerum transitus faciles propter uenarum amplitudinē sunt: qui ita sunt affecti, ij commodis lactis fruuntur, omnis eius incommodi expertes. Porro cōmoda lactis iam alijs ante me medicis dicta sunt: nēpe uentris moderata deiectio, succi bonitas, & nutritio: pascuis quoq; ipsis animalium quorū lacte utēdum est, non parum ad hæc cōferentibus: quanq; sunt qui pascuorum rationē planē pro nihilo habeant, quasi nihil parū uel ad lactis bonitatē conferant. Cæterum haud dubie uidemus animalium quorum usuri lacte sumus, si scammonia, aut marinarum lactucarum quapiam uescantur, in lacte quoque laxandi uires inesse. Ex quo patet quod ex uisioso pascuo acre, acutum, & austerum reddetur, naturam uidelicet herbarum imitatum. Itaq; etiā qui ante nos medici fuerunt, ipso rei usu docti, quædam pascua, utiq; quæ lacti esset inepta, & ἀλάκται dixerūt, ita enim Græce appellant: de quibus ipsi quoq; alibi tractauimus. Nunc hæcenus saltem de his intellexisse abunde est, animalium quorum ueluti optimi succi lacte sis usurus, neq; acria, neq; acuta, neq; admodū austera debere esse nutrimenta. Illud uero uel me tacente constare arbitror, animal ipsum & florente ætate esse, & corporis habitu planē inculpatō debere. Satiūq; fuerit alterum capram, alterum asinam esse, earumq; lacte uicib; uti. quippe asinæ lac, tenue serosumq; est: capræ, mediocris substantiæ est. Itaq; hoc nutriti magis, ubi uidelicet nutritione est opus: illud omnino tutius est. Nam & si quando solum cum pane sumitur, tum citius subducitur, tum minime est flatulentum. sed nec in uentre cogitur, potissimum si prius salis aliquid & mellis immiseris. Oportet autem non huius modo, sed etiam reliquæ omnis auxiliorum materiæ uires seorsum prædicasse qui ipsis recte sit usurus, ne sæpe nobis de ipsis eadem repetere sit necesse. Ac nunc certe mihi uideor longius quàm pro re proposita de lacte uiuinoq; disputasse. Si quidem præstitisset, commoditate eorū in senes explicata, qui iam tum facultates utriusq; publicas, tū priuatas differentias didicisset, hūc ad materiæ delectum remittere: utiq; de uiuo tantisper præfatos, q; quæ calidiora sunt, quæq; urinas mouent, eas senibus magis conducant. De lacte uero, quod non omnibus sit exhibendum, sed ijs solis qui id probe concoquant,

Galen.

nec ullum ex eo symptoma in dextra præcordiorum parte sentiant. Sed quoniam interim propter multorum ad legendos eos libros in quibus prolixius de præsidiorum materia disseritur, fastidium longiores esse subinde cogimur: merito (ut arbitror) nunc quoq; condonabitur nobis tractationis modus si exacta breuitate in uniuersali methodo minime utimur. Illud tamen nō ignorandum, fieri non posse ut tutō quis comprehensilis materijs ex huiusmodi solum doctrina utatur, qualem modo de lacte uiuinoq; tradidimus. Immo qui his optime uti uolet, didicisse hunc prius oportet propriam de omni materiæ tractationem: in qua tum publicas materiæ uires aestimauimus, tum priuatas eius differentias usq; ad ultimas species. Neq; enim de cæteris omnibus quæ scire opus est ei qui senis sanitatem tutabitur, expedit hoc opere fuisse tractare, sed satis est de quibusdam, scilicet quæ senibus maxime sunt necessaria, ita determinasse quæadmodum paulo ante de lacte uiuinoq; egimus: de quibusdam etiam breuius quàm ut de his fecimus: sicuti rursus de alijs in totum nihil dixisse: quanq; cui extendere sermonem cordi est, potest omnium quæ in senibus abundare solent, meminisse, atq; ad hunc modum dicere. Cæterū satis est & de reliquis dicere quæ senum pleriq; incidunt: ut sunt raucedines, quos branchios, & destillationes, quas ῥινορῆς Græce uocāt, & calculus in renibus, & articulares morbi, & podagræ & asthma ta, aliq; id genus. Atq; ad raucedines quidem & destillationes, uictus rationem hanc, medicamentum uero hæc comparare oportere: ad calculum uero & reliquorum singula hæc. Atq; ad eum modum de reliquis differens, nō diligens modo uidebitur, sed etiam in senum curandorum scientia doctus. Verum sicuti nec horum quicquam scribi in tractatione de senum curatione conuenit, cū præsertim ex morborum curandorum methodo, quisquis in hac sit exercitatus, ea liceat sumere: ita rursus nec cum sola communia dixeris, ibi desistere, sed ipsis propositis aliqua mox ex particularibus subiungere, quæ maxime ppositæ disputationi sunt accommoda: ceu ipsi fecimus. Nam quoniam in ijs cōmentarijs quos de tēperamentis scripsimus, indicatum est seniu indubitato frigidum esse, non tamen indubitato siccum, utpote nonnullis id humidū esse affirmantibus: conuenit sanē ut ijs quæ de senū tēperamento demonstrata sunt, ad hanc artis partē quam de ipsorū ductu nunc instituiamus, hypotheseos loco acceptis, ipsarum rerum scopū ab illo sumamus, ac nōnulla particularium tractemus, partim exercendi discētis causa; partim ad inuentionem eorum quæ consulto omīta sunt, futura ueluti exempla, propterea quod non omnes ita sunt solertes ut ex solo uniuersali precepto ipsi particularia inueniant, sed qui ad ea ueluti manu ducat, desiderant. Quippe quibus exercitata ratio cinatio est, ubi senis corpus quantum ad ipsas partes attinet, frigidū siccumq; esse audierint, facile autem serosis & pituitosis excrementis ob uitriū

Tom. 2

O 2 infirmita

infirmatē impleri; hæc quidem conabūtū emit-
tere, solidas autem ipsas calfacere atq; humectare.
Verum qui excrementorum copia decepti, inde-
finite pronunciarunt senum temperamentū esse
humidum: ij protinus in ipso primo agendorum
consilio falluntur, dum senū corpora siccanda pu-
tant. Itaq; ex cibis eos potius qui siccant, exhibēt,
ueluti ex oleribus brassicā potius q̄ maluam, aut
bilitum, aut lapathum, aut atriplicem, aut lactucā.
Ex leguminibus præptisana lentem, & præ faba
miliū, & præ zea panicum. Ex fructibus amyg-
dalas, & terebinthi semē, potius q̄ cucurbitas, &
cucumeres maturos, & pruna, & mora. Iam ex
carnibus eas quæ ferarū sunt, potius q̄ cicurum;
& salicas potius q̄ recētes. In tota deniq; uictus ra-
tione, quorum uis humida est, hæc fugiunt; quo-
rum sicca est, hæc amplectuntur: quanquā contra
prorsus res ipsa postulat: cum pro sint his maxime
humectantes cibi. Verum quoniam horum etiā
frigidi quidam temperamenti sunt, proindeq; pi-
tuitā in uentrē illico gignūt, ac primis uenis; hinc
uidelicet noxijs sunt uisi ijs qui nec uniuersum se-
num temperamentum nouerūt, nec caput uictus
eorum ordinandi uident. Quippe nec oleum, nec
dulcis aquæ calens balneū, nec uini potio his pro-
fit, si humectationis nō indigent. Iam quod mode-
rato motu & somno indigeant, satis magna docu-
menta sunt quō uictus eorum dirigi consilium de-
beat. Quare si quando propter pituitam cogimur
aliquid ex ijs quæ incendant ac dissecant petere, re-
uertendum sine mora ad humectantē uictum est.
Pari modo si quando propter obstructionis suspi-
cionem ad cibos medicamentāue quæ obstructos
meatus liberent, conuertimur: quo minus tamen
humidi temperamēti cibi sint, nec illo ipso die cō-
mitēdum, multoq; magis postero die eidem pro-
posito hærendum, ac far cum melle exhibēdum,
aceti; aliquid ei miscendum, utiq; cōmpisana ri-
tu præparamus, [aut] ex mulso uino, de salerno su-
mere iubendum, aut lacte ut prædixi utendū, aut
ptisana bene cocta quæ piperis pollinem accepit.
Ita uero & maturi fici præ cæteris fructibus sunt
eligendi; hyeme uero carica. Panis quoq; ita ut di-
xi præparatus, aut cū melle, aut cū mulso, aut cū
uino aliquo idoneo. Veluti enim exempla clarita-
tis causa hæc apponimus: ut qui perlegerit, ad u-
niuersalē scopū quo calor humectatioq; petuntur
intentus, iudicare de materia simili modo queat.
Quoniam autē tū pituitosum tum serosum excre-
mentum in senū corporibus colligitur: & urinas
moueri quotidie cōuenit, non tamen per pharma-
ca, sed apio, & melle, & uinis quæ id præstare ua-
leant: & aluum soluere, potissimum oleo ante ci-
bum absorpto, sed & oleribus ex oleo garoq; ante
cibū assumptis. Ac quotidie quidem tum per hæc
abūde aluus quibusdam soluitur, tū ex ficijs, utiq;
cum hi habentur, & prunis, ac alijs id genus quæ
aestate autumnosq; uigent, hyeme uero & caricis,
& prunis damascenis, ijsq; aut elixis, aut in mul-
so cui pluscūlum inest mellis, maceratis. Eritq; id

A melius, si mel atticum sit. Longe autē ad deiciē-
dam aluū damascenis hispanā præstant. Quin oli-
uas ex muria præsumere aliquando licet. Aloen
uero (quod multos senū quibus siccus uenter est;
facere uideo) haudquaquam sumi suaferim. Hanc
alijs in pilulas fingunt cum brassicæ succo, alijs tan-
tum puluerem eius alicui inspergunt liquorē: qui
alijs aqua est, alijs mulsum. Diuites eam quæ cum
cinnamomo conficitur, accipiunt. Medicamentū
id alijs hieram dialoes, alijs amaram uocant. Habēt
uero id alijs siccū, quō potionē inspergant; alijs mel-
le modice exceptum non cocto. Verum nullo ho-
rum senibus est opus, nisi maior aliqua necessitas
urgeat, quippe si iam comprehēsis aluus soluitur;
et si nō quotidie, saltē alternis diebus, nullum pla-
nē medicamētum dari debet. Quod si biduo
adstrictus uenter, tertio die non soluitur: sat eo tē-
pore fuerit mercurialem herbam, & marinā brassi-
cam (Græci thalassocramben uocant) & cnicū in
ptisana, alijsq; quæ modice medicamētorum uim
obtinēt, dedisse, similiter & terebinthi resinā. Su-
mitur autem ea aliquando nucis ponticæ magni-
tudine, aliquando duarum, triūmue. Quippe nō
modō aluum soluere citra noxam potest, sed etiā
uiscera omnia, iecur, lienem, renes, pulmonemq;
abstergere. Porro ijs quæ prædiximus, uariē uti
expediet; neq; imo tantū delecto, id perpetuo ex-
hibere. Cui namq; assuetacta spatia sumentis natu-
ra erit, eius uim contemnet. Ergo uariare uices tū
prædictis oportet, tū uero eo medicamento quod
ex caricis conficitur. Sunt autē hæc pingues, au-
feraturq; ipsis ea quæ foris circūit pellis: pari mo-
do & cnico; mox ambo simul tundantur. Esto au-
tem & carica cum cnico pari pondere. Licebit ue-
ro hic quoq; medicamētum experiri, ac prout se
ad sumētis naturam habet, aliās plus, aliās minus
cnici immittere; sumere uero duarum triūmue ca-
ricarum magnitudinis modū. Ex ipsa uero (ut di-
xi) experientia inueniet sibi ipsi quis talium omniū
legitimū modum: cū ueter alijs magis alijs minus
medicamentis sit obediens. Cæterū nullum eorū
quæ dicta sunt medicamentorum, exhiberi admo-
dum copiose debet. Siquidem nonnulli in præ-
sens gaudent si copiosius defecerint. uerum quan-
to magis sunt uacuat, tanto his ueter sequētib;
diebus magis adstringitur. Quo fit ut ipse, si qui
sunt quibus in diuturnis morbis uenter sistit (qua-
les potissimū hyeme cōtingunt, quibusq; post lon-
gam infirmitatē in conualescentia similis affectus
incidit) ijs aluum duco non acribus per inferiora
infusus, sed tantum oleo. Quod etiā sanis quoq;
ubi uenter adstringitur, securus interdum insur-
das: quippe quo & siccus excrementū madescit,
& transitus efficitur lubricus, & corpus ipsum se-
nis emollitur, duris aliās pellibus similiter rigēs.
Non tamen sunt hæc senis qua senex est, propria;
quippe cum etiā sint ijs qui à longis morbis cō-
ualescunt, utilia. Quid igitur proprium est senis
qua senex est? Nempe quod temperamentum eius
cōducit. Id enim est cuius culpa senescimus, alijs
alio tem

alio tempore citius seriusue, prout uel natura ab initio sumus comparati, uel ex uitæ exercitio uel ex uictus ratione, uel morbo, uel solitudine, uel alio id genus immoderatus siccari. Est enim id quod omnes homines proprie senectutem appellant, non aliud quam siccum & frigidum corporis temperamentum, annorum multitudinis ratione proueniens. Accidit autem interdum & febrili morbo: atque id etiam ex morbo senium appellamus, sicuti in libro De marasmo diximus: quippe cum eiusmodi affectus, marasmus quidam sit: qui non in animalibus modo, uerumetiam stirpibus uisitur. Tradita uero iam est in primo huius operis uolumine proueniens in nobis senectutis necessitas. Ergo tū ex illo, tum ex ijs quæ de temperamentis, atque etiam ex libello quem de marasmo scripsimus, instructior quispiam ad eam artis partem quæ de senū ductu agit, reddi poterit. Si quidem omnis affectionis corporalis prouidentia in duobus consistit: nempe propria eius internoscenda essentia, & materiæ præsidiorū uiribus: ut statim in proposito nunc senio, qui sciēter pernoctat affectum eū siccitatē quandam cū frigiditate esse, si quidē quæ humectent pariter & calfaciant, præsidiorum materias noritis idoneus senū medicus fuerit. Quadruplex uero materiæ genus cum sit, quæ sumunt, quæ gerunt, quæ educunt, quæ foris admoventur, utique ex singulis eligere oportebit quæ calfacere humectareque possint. Sed ad horū cuiusque commodum usum, exercitatio quæ per exempla fit, maxime est utilis. Scio ego aliquādo me pueri thoracem, qui ab reliquarū partium symmetria id est debita conuenientia non parum aberat, eiusmodi remedij genere ad iustam perduxisse mensuram. Cinxit illi lato modice cinctu omnia quæ sub thorace ad coxas usque sunt, ita temperans, ut tum citra offensionem hereret, tum nec laxū quicquid relinqueret, nec etiā premeret. Exercitationes uero iniūxi & quæ per tota obeunt brachia, & uociferationes quas phonaſci *φωναστικαὶ* appellant. In utrisque uero cohiberi anhelitum iussi. Id fit cum thoracem ipsum undique ualenter impuleris, anhelitum autem sic cōpresseris, ut quem prius attraxeris spiritum, totum intus retineas. Itaque etiā amplius inspirauerit oportet, qui hoc cōmode faciet: quandoquidem quo amplius sit aeris qui compellitur, hoc magis thorax distētus dilatabit. Quod autem ipse quoque uociferationes tum magnificiēdæ, tum in acumen tendendæ sint, id minime est obscurum, si modo uniuersas thoracis partes ualenter exercitari in animo est. Atque hæc quidem gliscentium adhuc corporum ea quæ natura male condita sunt, ad iustam conuenientiam symmetriamque restituent. Eadem modice etiā ijs qui perfectam iam magnitudinem consecuti sunt, proderunt, uerum in sene nihil tale molendum, utpote cui feruari infirmas partes utilius esse diximus. Utilius uero his est & cōsueti opere exercitari, etiā si modice noxium sit. Contra iuuenibus ea mutare quæ nocent, tentandum est, etiam si a pueris his

Galen.

A maxime insuerint. Possunt enim eorum uires moderate factam mutationem sustinere: sperarique potest in reliquo uitæ tempore fructum aliquem eos ex meliore consuetudine percepturos. At senex si posset longo tempore sensum malam consuetudinem mutare, propterea quod quo tempore meliore frueretur, habiturus non esset, frustra laborem insumeret: non aliter quam si quis artem discere quampiā octogenarius inciperet. Sicuti uero senum ipsorum inter se non parua differētia est, siue id ex ætate spectes, siue ex corporis affectu: ita & eorum qui natura sicciorē frigidiorēque sunt, si ad mediocrem statum compares, non paruum interperiei discrimē inuenies, tum ipsorum inter se, tum uero ad senes. Atque humectare quidem hos profecto calfacereque conueniet: ceterum audacius hæc facere in ijs qui per ætatem maiori exercitio sunt ferūdo, ceu quorū ualide adhuc uires sunt. Quippe primum quo omne remediorum consilium dirigitur, eiusmodi intemperies corporis est, non senium, aut ætas aliqua. Verum quoniam affectu naturam per coniecturam accipimus, ideo cōtra ætatem quoque cōsideramus. Porro eadem utilitas & consuetudinis noscēda est, præterea extrinsecus incidentium causarum, quas procataceticas Græcè uocant. Quippe ad certiorē affectu notitiam talia omnia nobis conducunt: remediorū tamen insinuatō ex his non præstat. At empiricis talia totius concursus quā *συνδιδωλὴ* uocant, pars esse cēsentur: quæ syndrome in ipsa curatione est obseruata, haudquaquam ex ijs quæ fieri affectus postulat, inuēta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoscendo prælagiendoque plurima scripsit, utique in particularibus nos exercens. quod etiam optimi medicorum post eum fecerunt: non ignari huic nulli negotio inuētum iri remedia, qui eius quod curat corporis, ægri sanique affectum exacte norit. Si quidē, ut sæpe testati sumus, incipiendum ab illo medendi præcepto est, contraria esse contrariorum remedia. ubi uero remediorum materiā compertā habueris, ac simul uires eius intellexeris: male affecto corpori semper cōtraria: optime se habenti similia uiribus esse adhibenda. Quinetiam intemperies ipsas quæcunque adhuc intra sanitatis fines subsistunt, si corrigere studebis, cōtraria quodammodo uictus ratione curabis: quod tamen per multū fit ocium. Nam si in negotio sint, similibus uteris: potissimum cum ita fuerint corpora assueta. Porro accidit alterū horum plerumque magis, ceu naturis ipsis ea quæ sibi sunt accōmoda, sua sponte citraque doctorē eligentibus. Atque hactenus male affecto corpori contraria exhibebimus, quoad pristinum statum cōsecutum sit. Ceterum ea uictus ratio quæ intemperies corrigit, longius plerumque procedit, propterea quod similibus maiore ex parte morbis tentamur: qui calidiorē natura est, calidos morbos facile incurrent: qui frigidiorē, frigidos: & reliquis pro ratione. Facilius itaque quicquid intemperatum est, ad propriam naturam redit, quā ad optimum tempera-

Tom. 2

O 3

mentum

mentum uenit. Quippe id cū in medio omnis in-
temperantiæ sit: quilibet conueniente naturæ sue
morbo laborat, ab eo longius abest: qui dissimili,
minus. Ergo nec assuetudines ipsæ tametsi prauæ
sunt, displicentibus adhuc sibi corporibus mutan-
dæ sunt. Quin nec per summam sanitatē semper
id tentandum, sed tum cum is cui mutandæ sunt,
à ciuilibus negocijs maxime uacat. Hæc itaq; cō-
munia omnium temperamentorum præcepta par-
ticularim uariantur, prout intemperantiæ quæuis
ab optimo temperamento recessit. Nec mirum sa-
nè est si intemperata naturæ, quæ in medio exacte
sanitatis & morbi sensibilis cōsistunt, etiam ad or-
dinandū uictus modum sint ancipites. Sed nec il-
lud mirandum, ab iisdem adiuuari lædīq; homi-
nes uideri. Nam contra si omnes inter se similem
corporis statum obtinerent, utiq; mirandum tum
esset aliquos iuuari lædīq; ab iisdem. Sed quoniā
contrarij inter se multorum hominū corporis sta-
tus sunt: ratione nō caret quod ex contrarijs etiā
utilitatem percipiant. Quo magis de medicis om-
nibus mirari cuiuspiam licet, quicūq; nullo prius
naturarū factio discrimine, de sanitate tuenda scri-
bere sunt aggressi. Sicuti enim fieri non potest ut
unum calopodium ad omnes homines tutor ac
commodet, ita nec medicus unam omnibus uitæ
speciem quæ conducat. Hæc igitur de causa qui-
dam saluberrimum esse affirmant, abunde quo-
tidie exercitari: quidam nihil ob stare quo minus
in quiete prorsus degatur. Et sunt quibus lauare
maxime salutare uidetur: alijs minime. Quinetiā
de uini aquæq; potioe, itemq; de alijs ad eundem
modum, nō ijs modo quæ ad salubrem uictus ra-
tionem pertinent, sed etiam morborum remedijs,
pugnantijsima inter se scribūt, adeo ut uel unum
quippiam quod omnibus his inter ipsos cōueniat,
rarum inuentu sit. Cæterum usus ipse docet tum
ab iisdem ipsis aliquos lædi iuuariq; tum à cōtra-
rijs pari modo. Equidem quosdam noui qui si tri-
duo se ab exercitatione abstinerēt, protinus ægro-
tabant. Alios in perpetua quiete degentes, tamen
secundam ualetudinem tueri. Atq; horum ipsorū
alios minime lauare: alios, nisi lauissent, illico fe-
bricitare: sicut Premigenes Mitylenæus. Atq; q̃
hæc quidem ita fieri cernantur, etiā ij qui solo usu
artem colligunt, nouere. Nemo tamen eorum ita
ut in morbis notas prodidit, quibus quis inten-
tus, quam quisq; uictus rationem postulet, inue-
nire possit. Quippe in paucissimis inuenias exa-
cte traditas quas Empirici syndromas, id est con-
cursus uocant: quæadmodum in peripneumonia,
& laterū compunctione: sed pleriq; morborū con-
fecturalem habent dignotionem: ut qui nō ex cer-
torū incidentium collectu noscantur, sed hominē
desiderent qui omnino corporis affectū calleat,
quicq; omnia quæ eiusmodi affectui consonent, in-
uenire singularim queat. Quippe quod propositū
est, nos ipsa ratione ducti adhuc iuuenes inueni-
mus. Vnde etiā manifestum est usum quantūuis
longū sine ratione talia inuenire non posse. Nā de

A Premigene cū audiit nisi lauaret, omnino febrici-
tare: collegi ratione eū fumida excrementa gigne-
re, quæ transpiratu emitti postularēt. cæterum cū
densior cutis esset q̃ ut ea transmitti omnia sine-
ret, collecta sub cute calorem excitare. itaq; etiam
balneū eiusmodi naturis utilissimum esse, non ob
id modo quod humidum euocet, sed etiam quod
humectet, idq; dulci humore. Ergo placuit expli-
cata quoq; manu Premigenis thoraci iniecta, ci-
uiusmodi esset caloris qualitas, explorare. Ut uero
acrem mordacemq; comperi, nō dissimilem calo-
ri eorum qui cæpas ampliter comedissent: multo
adhuc magis euetus causam probe cōiectasse mi-
hi persuadens, percontabar ecquid sudoris illi ci-
tra balneū incideret; neganteq; id, iam firmiorē ha-
bere me affectus eius notitiā mihi persuasi. Quin
etiam alios quosdā uidimus quibus mordax ca-
lor erat similiter ut huic: non tamen hi una balnei
intermissione febricitabāt, p̃pterea quod per su-
dorem excrementa his uacuabant. Premigeni præ-
ter naturalem habitum etiā uictus ratio uel semel
intermisso balneo febricitādī occasio erat. Nam
plurimum domi uersabatur: ibiq; scribens uel le-
gens perseverabat, propterea quod Peripateticæ
disciplinæ incumbibat: in qua nemini suæ æta-
tis erat secundus. Scimus & ijs qui minime natu-
ræ excrementum acervant, instantem laborū
diligentiam, curamq; gignendū eius causam esse.
Itaq; etiā alteri cuidam cui æque atq; illi mordax
calor erat, tæcti balneū uno die intermitteret, cō-
tigit non febrire, propterea q̃ nec studijs deditus
erat, & negocia sua per urbē inambulans obibat,
emens uendensq; multa, etiam pugnans subinde:
in quibus sudare coactus est. Ideoq; etiam alterū
quendam ex ijs qui ætate quotannis acuto bilio-
soq; morbo laborant, multos iam annos seruauit
exercitari uetans. Nam cum calido sicceq; tēpera-
mento esset, sicuti Premigenes, etiā exercitatioe
utebatur præceleri, tum uero sole, ac puluere. Cō-
tigit ergo ei & calorē immodice augeri, & cutem
densari, atq; ad transpiratū ineptā reddi. quæ am-
bo ubi concurrerunt, nimirum corpus cui accide-
runt, paratum ad febrē reddunt. Ergo quod in
medendi arte semper usurpare soleo, id nūc dicā.
Facillime quidē quod quaritur, ratiocinatio in-
uenit, fidē uero eius experiētia cōprobat. Quan-
quam illud multo maxime mirādum est, cū Hip-
pocrates moneat calidis naturis utilius esse in o-
cio agere, quā exercitari: nō paucos tamen me-
dicos esse qui ne norūt quidē cuiusmodi tales ho-
mines sint, sed iuxta omnibus exercitationes inīu-
gant. Ediuerso nonnullos esse quibus nihil ad sa-
nitatem conducere exercitationē placeat. Sed &
tertiū ab his genus esse, qui assuetus exercitari, id
permittāt: non assuetis interdīcant. Quorū nemo
planē non errat: minime tamen ij qui tertio loco
dicti sunt. Quippe qui cuiuslibet rei insuescunt, ma-
gna ex parte naturæ suæ conuenientē cōuetudinē
deligūt, propterea q̃ ab ijs quæ nō cōueniant,
subinde lesi, ipsa repudiāt. Aliqui tamē uel dulce-
dine uictū

dine uicti, uel prae nimia dementia se laedi non sentientes, in malis consuetudinibus persistunt; uerū hi pauci: plures qui non persistunt. Quo magis rationabile est minus errare medicos eos q̄ omnem consuetudinem seruadā censent: qui uero nihil ad sanitatem interesse putant, exercitatus quis cibum sumat, an contrā; item qui omnes exercitandos putant: hos peius consulere quā qui praedicti sunt. Horum uero ipsorū, si inter se comparentur, minus incōmodi sunt, qui ante cibum perpetuo exercitandum esse putant, quod & Hippocratem praecipere aliqui sunt rati, labores enim cibos praecedere, in Aphorismis legi, non uidentes hoc loco de ordine eunsi locutum exercitationis, & cibi, nequaquā illud affirmare, quod omnibus hominibus hęc ambo cōducant; imō quibus exercitari expedit, praecedere exercitiū cibos debere. Quod autem non omnibus prodest, & in libro De uulgo grassantib. morbis aperte testatus est, ubi calidas naturas quiescere cēset: & in Aphorismis testius, sub uniuersali praeepto ubi contrariorum contraria esse remedia proponit. Porro fieri potest, ut putgnare aliquando uideant huiusmodi praeepta: nō deficientibus qui omnem motū ipsi moto corpori conuenientem exercitationē nominent: alijs rātum eum qui uehementior sit; ita ut priore significato omnes homines exercitationem desiderare neminem lateat: secundo uero significato non ita se habere. Eorum namq; qui in carcere sanitatem suam tuerentur, parum apte mihi mentionem facere quidam uidentur; quippe qui spatio prorsus pereunt, si omnino tum ungi, tum lauari prohibentur. Quod uero ad paucos dies insalubri uictus rationi resistunt, nihil sanē miri. Si igitur exercitatio nis uocabulo omnis uenit motus: & qui inambulauit, & qui perfrictus, et qui lotus est, exercitatus dicitur: dūmodo conueniente modo praesenti corporis statui sit motus. Quod si quis etiam ab his sit prohibitus, omnino aegrotabit. Qui enim ab his in carcere prohibentur: eos nunc non modo aegrotare, sed etiam mori uidemus, si diu sint inclusi. Sin uehementiores tantum motus exercitationes uocentur, eo pacto uerum sit nō egere omnes homines exercitatione. Statim em̄ Premigenes ille nullum requirebat uiolentum motum, sed nec in porticu quā est ante balneū, exiguum ante lauandum inambulationē: imō unctum esse ex oleo, & à balneo aquam deterfisse, satis magni motus sunt talis temperamētū homini. Hic uero & ante cenā ambulabat, & cum amicis disputabat, similiter mane quoq; domi. Nusquam igitur ex ipsa in totum desidia adiutus quicquā est. Sed cum quietem agere calidis naturis Hippocrates suadet, uehementi motione uti uetat. Porro ipse multos qui propter eos motus quos per totam aestatem exercebāt, in principio autumnī quotannis egrotabant, ipsis uetitissanos reddidi: quemadmodum rursus alios à uehementi exercitatione prohibui: alios à quiete ad exercitia traducens, cum saepe ante aegrotassent, in sanitate seruauī. Porro hi frigidiore sunt ijs q̄ tem-

perati & mediocres sunt, & affectu planē cōtratio ijs qui calidiores siccioresq; sunt. Diximus autem temperamentorū notas nō solum in libro de temperamētis, sed etiā in libro de arte medica. Is enim uni ex libris nostris est titulus. Mirādū uero de ijs medicis est, qui ne ea quidem quae sensui euidenter apparent, agnoscunt. Quis enim latissimū esse hominum discrimen nunc non uidet, adeo ut eadem exercitia, ijdēq; cibi alios bene, alios male habeāt, non secus q̄ in morbis? Quare sicuti q̄ non omnes eadem requirāt, eos scire decuerat, ceu manifeste apparet: ita cum cōmentarios scriberent, determinare ac docere quae quibus uel cōducerent, uel officerēt, par erat. Quid igitur causae fuit cur eiuſmodi determinatiōes, tametsi ab Hippocrate proditas, omiserūt? Nempe quid aliud, q̄ perdita ambitio, dum dogmatum principes nominari, atq; in de gloriā consequi inter homines studebant? Cuius causa illi non ea quidē quae manifeste apparēt, sed opinioniones quas ipsi ultrō ponebant, sequi uoluerunt. Posteriores uero qui in hos inciderunt, persuasi pleriq; sunt, propterea q̄ nec quicq; didicissent melius, & simul rudes imperitiq; demonstrati uae sciētis omnino essent. Qui namq; hanc sequēt, facile tum uera dogmata à falsis discernet: tū quae certis determinationibus scripta sunt, ab ijs q̄ non ita. Idem nimirū inſcitiam eorum omnium damnabit, qui citra determinatiōē de dissidentibus, aliquid scripserunt. Quo magis, quānā esse determinationes debeant, altius repetentē, sed breuibus, diligēter audies. Quibus mordax calor natura est, adeo ut fumida gignat excrementa, ijs balneū salubre est: tū motus qui & exiguus & lentus sit. multus autē & celer aduersissimus est. Itaq; istis non semel modo, uerū etiam bis die lauari condecet, potissimū aestate. Esse quoq; boni succi nutrimentū, in quo nihil insit acre. In sole autē uersari, & irasci, & multū cogitare, his inimica sunt. Qui diuersae ab his naturae sunt, (hi autē sunt qui frigido & humido temperamento sunt) ualentiores motus desiderant, ac uictū in quo superet, quod tenuem suae faciat. Is cuiusmodi sit, diximus singulari libro. Hi uerō nec si in sole exercites, laedunt: nec etiam si balneo abstineāt. Ac maxima quidē est dictarū inter se naturarū differētia. Aduersissimū enim est humidum & frigidū temperamentum, ei quod calidum est & siccū. Maxima rursus est & calidi ad frigidū, & humidi ad siccum. Porro frigidū & siccum, senum temperamento q̄ simillimū est. itaq; etiā celeriter senescunt eiusmodi corpora. dictūq; de hoc temperamento suprà abunde est. Humidū uerō & calidum, fluxionū uitij obnoxium est. Ceterum quod omnibus intemperatis naturis commune praeeptum est, id expedit in hac quoq; seruari. Est autem id, ut eas corrigas quidem contrarijs, sed dum planē in oculo sunt: serues autem similibus, quum per negocia sibi uacare non possunt. De exercitationibus huiusmodi corporum ita statuendum est: plus quidem his laborandū esse, propter corporis humiditatem: praecelerī motu non utendum.

f. Bubert

utendum propter calorem. Porro attendendū dī-
 genter est, cum ex segniore uitæ ratione ad exerci-
 tationes se transferunt. Illico enim fluxionum ten-
 tantur morbis, nisi prius sint uacuatī quā exerci-
 tationes adeāt. Quicquid enim in corpore concre-
 tum & crassum in humoribus fuerit, aut etiā mo-
 dice frigidū: id statim in spiritum uertitur, ac fun-
 ditur. Itaq; etiā uerē tales naturæ maximē ijs mor-
 bis patent, qui ex plenitudine oriūtur: quales sunt
 synāchæ, cynāchæ, destillationes, quos catarrhos
 uocant, hæmorrhoides, sanguinis profluvia, arti-
 culares morbi, ophthalmia, peripneumoniæ, late-
 rum cōpunctiones, reliqui deniq; omnes quorum
 genus est phlegmone. Quare etiam occupare per
 ueris initiū sanguinis detractione oportet, aut per
 incisam uenam, aut scarificandis malleolis. Quod
 si ita inanire recusent, purgandi medicamēto sunt
 non simplicis facultatis, sed quod trahere & flauā
 bilem & pituitā & serosa excrementa possit. Quæ
 uero de exercitationū ratione diximus, eadem &
 de balneo dicta esse putandū: quippe quod ipsum
 quoq; non tutū est, nisi prius inanitum corpus sit.
 Inanito uero utile est, potissimū cuius lauacri aqua
 potabilis nō est, sed in qua uis aliqua per halitum
 digerendi subest. Vinum autē frigidis siccisq; na-
 turis utilissimū esse prius dictum est. An uero cali-
 dis omnibus idoneum non sit, sed utilior his aque
 potio sit, sicut in libro de popularibus morbis, si
 ue. Epidemion legimus: nunc æstimandum. For-
 tallis enim absurdum omnino cuipiā uidebitur, iu-
 uenē qui athleticus, uel militaris sit, aut etiā fos-
 sor, messor, arator, uel deniq; qui robustum
 aliquod opus exercet, aquæ tantū potione uti; atq;
 in hoc falli Hippocrate, cum calida temperamen-
 ta aquæ potionem poscere, absolute pronunciet.
 Mihi uero Hippocrates nō absolute id, sed de na-
 turis summe calidis, quæ utiq; propter intempe-
 riem tales sint, dixisse uidetur: non quod plurimū
 habeāt naturalis caloris, quem ipse augeri in athle-
 tarum exercitio confirmat. At qui ex intemperie
 calidus est: is neq; athleta, neque miles bonus, sed
 neq; fossor, messor, arator, uel deniq; ad rustica
 urbanaue opera fortis unquā euadet. Quippe ua-
 lentium hominū ea sunt munera. Porro tales nun-
 quam fuerint, nisi mediocri sint tēperatura. Atqui
 si media temperie sint, utiq; plurimū his fuerit na-
 turalis calor. Ac tali quidē naturæ mediocri pro-
 fecto dandum est uinum: sicut ipsa quoq; medio-
 cris est. Atq; hæcenus saltem mediocri, quod ipsa
 mediocris est temperamenti: quando hanc quoq;
 necesse est non solum in senectute, sed etiam in re-
 missionis tempore, media tēperatura frigidiorē
 euadere. Sicuti ergo ut in temperie quæ intra sani-
 tatem consistat, calidissimum temperamētum sit:
 huic omnino uinum circumcidisse prodest. Sed
 cum triplex genere sit calidi temperamenti diffe-
 rentia, una in qua reliqua contrarietas (nēpe quæ
 in humido siccoq; consistit) mediam temperiem
 seruat; altera in qua siccitas subsultat, & tertia in
 qua unā cum calido etiam humidum redundat;

utiq; in qua altera contrarietas medium tempera-
 mentum tenet, nunquam fuerit ultimē calor im-
 modicus: quandoquidē huic siccitas statim super
 uenit. Ista uero non ponitur a nobis sicca. At in
 qua siccitas calori est adiuncta, in hac incidere ali-
 quando plurimū, ut in intemperie quæ cum sani-
 tate cōsistat, præter naturam calor potest idq; lon-
 go tempore. Plurimam uerō breui ipatio, etiā que
 cum humiditate coniuncta est immoderatam cali-
 ditatem, ut in sanitatis intēperie, fieri licet. Ac ei
 quidē quam primo loco diximus, differentia, tan-
 tum diluti uini, quod *ὕδατος* uocant, exhiberi
 sinemus, quātum a summa intēperie ipsa recessit:
 reliquarum autem neutri, præsertim cum summa
 sit, quemadmodum offensum est. Quæ enim tales
 intemperies non sunt, ijs dandū uinum est, sed exi-
 guum & dilutū (tale porro est quod colore quidē
 est album, substantia tenue) sicut ediuerso frigidis
 intemperatījs calidiora uina præbemus. At quod
 calidissimum quidem uinum est, id frigidissimis in
 temperantījs est utile: reliquis uero quod portio-
 ne respondet. Neq; enim eius tantum meminisse
 oportet, quod contraria contrariorum sint reme-
 dia, sed etiam quātū rationem in singulis con-
 trarijs habere. Ergo sicuti de medicamentis ostē-
 dimus, non solum æstimādum esse calidūne an
 frigidum quicquam sit, sed etiam quoti in his ordi-
 nis sit: ita & de uinis est agendum: non solum dilū-
 tum aut calidum deligentibus nobis, sed quod ut
 ad intēperantia speciem calore frigoreue suo con-
 uenienter occurrat ac respondet. Hæc uerō dicta
 mihi de ijs sunt, qui mediam senectutis ætatem a-
 gunt: utique nec ignorantī primam eius partem
 esse, quæ *ὑμωγόντων*, id est, eorum qui cruda ui-
 ridiq; adhuc senectū sunt, dicitur, propterea quod
 adhuc obire ciuilia negocia possunt: secundam
 autem cui apte nomē ipsum inditur, eo quod ipsa
 sit de quā dicitur,

Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori.

Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Te-
 lephum grammaticum bis tēue mense lauari di-
 xi. Propter enim uirium infirmitatem assiduum hi
 balnei usum non sustinent. Accedit quod per ha-
 bitus frigiditatem mordacia hi excrementa nō pa-
 riunt. Nominant eum qui ad hanc partem perue-
 nit, græce *ὑμωγόντων*, sicuti aiunt qui uocabulorū
 etymologijs gaudent: ab eo quod *ὑμωγόντων* τὸν εἰς
ἀδης, id est mittēdo in pōpam q̄ ducit ad Manes.

GALENI DE SANITA-

TE TVENDA LIBER

SEXTVS,

THOMA LINACRO ANGLO
INTERPRETE.

Liud huius de sanitate tuēda specula-
 tionis argumētū hoc libro inchoatur.
 rus, reperēda cenfeo corū q̄ hæcenus
 tractata sunt, capita: q̄ utiq; dicendis
 sunt necessaria. Igitur primū diximus
 quid

quid sit sanitas: secūdo loco generalis eius descriptio posita est: tertio quemadmodum seruari ea possit, est proditum. ad hanc illud adiectum, animalium corpora perpetuo mutari, indeq; adeo necesse esse sanitatem eorum quæ aliās corrumpi periclitetur, nostræ procurationis indigere antequam tam notabilis mutatio fiat, unde iam manifeste ægrotent. procurationem uero non aliunde constare, quàm ex cibo potioneq; quibus quod de substantia corporis decidit, reficiatur. Altera incurabilis esse demonstrata mutatio est, scilicet quæ pro ætatis ratione accedit: propterea quod cuiusq; animalis corpus à prima genitura ad exitum usq; toto interueniente tempore siccescat. Cæterum qui salubrem uiuendi rationem ignorant, credibile est hos citius quàm pro naturæ ratione interire. Quoniam autem (ut diximus) necesse est omne genitum animal nutrirī, substantia uero ciborum uersa in nutrimentum non abit, ac proinde uitiosum quiddam ex superuacuo eius relinquitur, quod propriè excrementum uocant: præparatæ à natura quædam corporis partes sunt, quæ id fecerant atq; emittant. Plurima uero cum sit in naturis corporum differentia, rationabile est suam esse cuiq; sanitatis tuendæ prouidentiam. Primum igitur eo homine qui optimo sit statu, pro materia tractationis proposito: quemadmodū hunc quispiam in sanitate custodiat, tradere studuimus. Cum autem uariæ occasiones sint, quibus secūda ualeitudo uarie conuellitur: eum qui optimo corporis sit statu, [uni sibi uacantem] ac ab omni civili negotio liberum, in sanitate seruare proposuimus. Atq; hūc quidem cum in primis quinque libris quemadmodum quis à prima ineunte ætate ad ultimam usque senectutē in sanitate custodiat, docuerimus: nunc ad eos ueniamus quibus per negotiorū qualitates esse, bibere, atque exercitari debito tempore non licet: præterea ad eos qui statim ab ortu ualeitudinariū corporis statum sunt sortiti. Sanè breuior erit de his sermo quàm prior, quamuis suapte natura longior sit, propterea quod plurimarū materialium uires quibus ad secundæ ualeitudinis tutelam utimur, prædictæ iam sunt. Nam cum fritione, balneo, exercitatioe, cibo, potione, fomento calido frigidoq; ueneris tum usu, tum abstinentia, & siquid aliud eiusmodi est, mutationes fieri corporis cernamus: utique horum omnium uires (ut dixi) prius sunt proditæ. Vitiosi autem corporum status genere duplices sunt: cum elementares & primas corporis particulas, quas Aristoteles *ὑποιομενᾶ*, id est similes uocat, aliq; æqualiter, aliq; inæqualiter attemperatas habeant. Dico autem æqualiter temperari, cum ad aliquam intemperiem uersæ æqualiter corporis particule omnes, aut frigidiore iusto, aut calidiore sunt reditæ, aut sicciores, aut humidiores, aut per coniugationem quædam calidiore simul & sicciores, quædam humidiores & frigidiore, & quædam humidiores & calidiore, quædam sicciores & frigidiore. Quinetiā in instrumentaliū partiū

A compositione quædam æqualiter, quædam inæqualiter sunt conditæ. Ac primum quidē dicam hic quoq; qui status corporum sunt maxime ualeitudinarij, sicuti & prius [qui maxime sanus esset] ostendi. Verum is unicus erat. etenim in omnium rerum genere quod optimum est, id unum est: uitiōsa uero plurima sunt. Duplex tamen est eorum secundum genus discriminē, ceu paulo ante dixi: alijs simili intemperie omnes partes habentibus, alijs dissimili. Atq; eorum quidem quæ similem intemperantiā habent, ea pessima esse constat, quæ has ualidas habent, ac potissimū frigidas simul & siccas. At quibus inæqualiter se habent corporis partes, horum numerare quidem uarietates facile non est. Ceterū illa quoq; duplici genere specieiue, siue quouis alio modo nominare uelis, uariare licet. Nam maxime quidem ea morbis patent quorum principes maxime partes contrarijs temperamentis sunt affectæ. Minus obnoxia ualeitudini sunt, quibus diuersæ à principibus partes ita se habent. Equidem aliquos iam uidi, quibus ueter frigidus erat, caput calidum: sicut contra quibus caput frigidum erat, ueter calidus. Vidimus autem & ex accidenti, nō primum, nec propria temperamenti ratione assidue afflicti bili uetrem, qui alioqui non erat natura calidus. æque uero & refrigeratum alterum, quamuis nō esset natura frigidus, ad eundem modū & caput, & iecur, & lienem, atque etiam alias partes, aliarum quandoq; intemperantijs affici, cum aut ipsæ haudquaquā læsæ in proprio temperamento essent, aut etiam contrarium planè quàm aliæ affectum haberēt. Primum ergo de ijs uerba faciam, qui æquali sunt intemperie: idēq; ab ijs qui præcalidi sunt, auspicatus. Sanè dictum à nobis in libro de temperamentis est, fieri non posse ut intemperies quælibet sola diu duret: quando ipsa sibi ipsi alteram ex necessitate adsciscit. Inde q; factum ut pleriq; medicorū quatuor tantum esse intemperantiās putarint, easq; compositas: simplices uero ne esse quidē. Nam & calidā, dum humiditates semper consumit, parere siccitatem: & frigidā, dum nihil absūmit, humoris incremento quodāmodo conferre. Eodem modo & siccam, p eas ætates quibus augetur animal, calidius ipsum semper efficere. quibus uero decrescit, refrigerare: & siccare quidem solidas corporis particulas, cōgerere uero abundantia excrementorū. Simili modo si humida cū modice calida coierit, existeret aliquādo in utraq; oppositione mediā temperiem. Vtranq; oppositionē intelligo, & quæ ex calido ac frigido cōsistit, & quæ ex sicco & humido. Erit autem mediū temperamētū (q̄ *ῥυγάθυ* Græci uocant) eiusmodi intemperantiā, in ipso præcipienti uigoris tempore, quam *ἀνυλν* Græci uocant. sed & in remissionis tempore, prout ipsi conuenit. Optimam namq; temperiē in adolescentia corpus obtinet: reliquæ omnes ætates deteriores hac sunt: ut prius est ostensum. Atq; hoc etiam meminisse conueniet, unum id quoq; ex ijs quæ dicta sunt. Cum em̄ duplices actiones in animalib. sint, certe corporales

corporales pueri præcipuas obtinent; quæ animi sunt, ea quæ à pueris ad remissionem usque succedit ætas. Nec tamen est has ætates annorum numero circumscribere, quemadmodum nonnulli fecerunt; nisi forte in latitudine quadam. Ergo pubescere quidem incipiunt aliqui, ubi quartum decimum annum expleuerunt, quidam uno post anno, aut etiam amplius. Initium præterea remissionis nonnulli habent statim à trigésimo anno, nonnulli post quintum & trigésimum. Ac robur quidem omnibus minuitur, post ipsam summæ uigoris ætatem; non tamen hi sanitatem amittunt, tamen si minus hanc quæ ante laudabilem habent. Cæterum hanc habent non solum usque ad initium senectutis, uerum etiam in ipsa senectute tota; quæ ipsa quoque quibusdam naturalis esse morbus uidetur. Cum enim nec dolore anguntur ullo, nec ullam actionum earum quibus ad uitæ munia utimur, aut penitus amiserunt, aut omnino imbecillam habent, utique sani sunt, sanitate quæ senectuti sit congrua. Meminisse enim profecto oportet eorum quæ de sanitate demonstrata sunt, nempe quod ampla sit eius latitudo. Iam si tertia quoque corporis affectio est, quam neutram Herophilus appellat, quæ in ijs quæ grauiter euaserunt febri, conualescendi tempore ceratur, & senili ætate; omnino extra morbum senescunt; actiones tamen perinde ut ijs qui in flore ætatis sunt, firmas ualentesque non habebunt. Verum si ad uidendum, audiendum, ingrediendum, aliaque facienda quæ seni expediunt, nullo deficitur corpus; etiam hoc rationabiliter senis sanitatem nominemus, utique totum hoc iungens, senis sanitatem; non absolute sanitatem. Hæc enim propter ipsam actionum uirtutem integra est, & de qua queri non possit. Senum sanitas querimonij non uacat. Quamuis enim omnes actiones habet, nullam tamen ualidam habet. Atque adeo illa pars artis quæ de senum ductu instituitur, huc tantum consilia dirigit, ut sanitatem eorum quatenus fieri licet, tueatur. Corpora uero quæ à prima statim genitura proueniant ad morbos statim sortita sunt, ea plane ad senectutem nunquam perueniunt; aut si quando perueniunt, uno saltem diutino morbo penitus laborant. Proponimus autem in hoc libro de ijs differere, qui uitioso corporis sunt statui; atque hos quemadmodum sanos plurimum tueamur, disquirere. Ergo initio ab ijs sumpto, qui parem in omnibus corporis partibus intemperiem habent; primum de ijs agamus, qui calidius temperamentum sortiti sunt, cæterum in humiditate ac siccitate modice se habent. Ac talis quidem corporis natura ab initio statim magis apparet sana, quam ea quæ in utraque oppositione uitiosa est. Vtriusque oppositionem intelligo, & quæ ex calido & frigido consistit, & quæ ex humido & sicco. Eadem dentes edet citius, & citius articulatam uocem proferet, et citius ingreditur, & singulis annis ad portionem crescet. postea uero quam adolescentie annos compleuerit, exinde ad remissionem usque manifeste calidior apparebit, sic ut tum morbis, tum symptomatis quæ à bili or-

riuntur, facile sit obnoxia. Multis namque calor dum humorem absorbit, siccius temperamentum reddit. At cum florens iam ætas item calida sit, nimirum composita, eorum temperies calida simul siccaque erit. In talibus autem temperamentis bilis abundare tum pallida, tum flaua, solet. Ergo qui hac natura sunt, ad ætatem usque adolescentiæ similiter educandi ijs sunt, qui optimæ sunt naturæ: de quibus dictum in præcedentibus est. Postea uero quam absolutum eorum corpus sit, considerare oportet utrumne bilis excrementum illis per aluum expellitur, an ad superiorem uentrem sit propensum. Si enim deorsum feratur, constat non debere esse sollicitos. Sin superiorem uentrem petat, per uomitum est emitendum, scilicet longe ualere iussis philosophis ijs qui uomere ex aqua tepida post exercitationes ante cibum uetant. Nam uino nec ipse sanè tum esse utendum iussit, nisi difficulter id faciant ex aqua. Quippe eiusmodi quædam corporis naturæ sunt; quibus utique uinum dulce, sed ubi aquam præberint, est concedendum. Præterea etiam magis ubi temperamentum eorum ab initio calidius sicciusque fuit, uomitio petenda est: propterea quod magis etiam hi biliosi sunt in præcipui uigoris ætate. Quin et exercitari his utilius est, non acutis exercitationibus, & præuegetis, sed potius tardis & mollibus. Sunt enim omnes qui hoc statu sunt, graciliores. Acutæ uero exercitationes consensu gymnastarum omnium extenuant; sed lentæ contra corpus implent. Sunt uero ex ijs qui impense calido temperamento sunt, et qui exercitari prorsus non desiderant, sed abunde his satisfaciunt inambulatione, balneum, & mollis ex oleo frictio. Acre namque & mordax calidum, id est quod ab his exhalat, non humectans, quale ἀτμώδης Græci uocant, nec suaue, citraque morsum. hos uero à cibis quoque balneum iuuat. Quidam uero eorum incredibile est quam etiam obesi sunt redditi ex tali uictus ratione. Antiquum autem uinum inimicum his est; album uero ac tenue idoneum est. Aestimandum autem in omnibus est qui à cibo lauantur, num in dextera præcordiorum parte, ubi situm iecur est, dolorem aliquem aut grauitatem, aut tensionem sentiant. Eiusmodi namque corporum status iocinoris uitijs tentari solet, si balneo post cibum utatur. Ac si quando eiusmodi aliquod uitium sentiunt, illico dandum aliquid est eorum quæ obstructum iecur liberent; abstinendumque ab ijs cibis qui crassum efficiunt succum, ac potissimum si iidem glutinosi sint. De his dictum abunde nobis est in tribus libris quos de alimentorum uiribus scripsimus; præterea in eo libro quem de euchymia et cacoehymia, id est de cibis boni & mali succi, edidimus; itemque in libro de extenuante uictus ratione. Quippe qui dolorem in iocinore sentiunt, ijs tali uictus ratione utendum omnino est, quoad dolor se remiserit, & dextra præcordia leuia quodammodo sentiant. Vtile sanè fuerit & liquorem in quo macerata sit absinthij coma, offerre: præterea quod tum ex ea, tum ex aniso & amaris amygdalis conficitur

ficitur: quod etiam bibere ex oxymelite præstat in eo tempore, quod inter surgendū lauandumq; interuenit. Nam & postq; confecta sunt quæ ex uentre ad iecur reddunt, talia exhiberi præstat: & temporis aliquid eorum operi ante cibum sumendum dari. Non inutile est & medicamentum quod diacalaminthen uocant: cuius compositionē in quarto horum cōmentariorum scripsimus. Verum in biliosis temperamentis cauere oportet huius assiduū usum. Sed & si quando horum quispiam eo propter iocinoris obstruções utitur, utilius est ex oxymelite id bibat. Porro alimenti species, si quis horum temperamentum uertere in melius studet, contraria esse intemperantiæ debet. Senfim uero id fiet citra noxam, si & præsit medicus: & qui curatur, ita sit à negocijs liber, ut omnia suo tempore peragat. Nam qui in rebus ciuilibus uersatur, & multis negocijs distringitur, huic tutius est, ut nec tentet temperamentū suū mutare, sed accommoda sibi nutrimenta sumat. Porro apta sunt humidis quidem humida, & siccis sicca. Nutritio enim fit, cum is qui nutrit cibis, corpori quod alit, assimilatur. Citius autem assimilantur sicca siccis, & humida humidis. Quibus uero æquale temperamentum est, ijs quanto iucundius fuerit quod comedunt, tanto utique fit magis nutritiens. At qui inæqualem temperiem sunt sortiti, ita ut his aliud iocinoris temperamentū sit, aliud uētris, aut alicuius eorum quæ circa iecur sunt: ijs diuersum est quod assumptu iucundum est, ab eo quod cuiq; particulæ est idoneum. Quoniam autem ostensum est duplex esse quod singulis conueniens est, aliud quod secundum simplices qualitates, aliud quod secundū totam substantiam: quod simplicibus qualitatibus maxime aptū est, id quale nam sit, superius paulo est cōprehensum: idq; seu mutare intemperiem per ocium uelis, seu cedere cogaris propter negocia. Quod ex tota substantia idoneū maxime est, sola experiētia discernitur. Ac maximā quidem uim habet ad ea quæ edūtur bibunturq; non in uentre modo, sed etiā toto corpore conficienda, totius substantię conuenientia: cuius ratione nutrimenta animalib; & uaria, & speciebus multū inter se diuersa habentur: cum nulla similitudo sit eius quod ex palea & herbis accedit, ei quod ex ossibus & carnibus, nulla societas eius quod ex pane est, cū eo quod ex cicuta & uerratro. nam & hæc animantium quibusdam nutrimenta sunt. Fiunt autē & qualitatibus conuenientia: utiq; si seruare temperamentū studes, humidis naturis humectante cibo maxime quadrante: siccis uero, eo qui siccet. sin alterare placet, contrarijs. In eo autē qui est in calido frigidoue ad intemperantiā lapsu, cōtraria dare semper expedit: cum & efficacissimæ eiusmodi intemperies sint: & (ut ita dicam) magis quàm quæ ex siccitate & humiditate cōsistunt, potentes: quippe cum facile similibus nutrimentis in morbosam intemperantiā abeant. At si siccius quoduis membrū efficias, nihil manifeste lædes. parī modo nec si humidiori

suam humiditatē serues. Euidenti uero argumento tibi & ætates sint. Quæ enim à prima genitura adolescentiam usq; habentur, humidissima ijs caro est: senili ætati impēse sicca. Meminisse uero in huiusmodi sermone oportet, eorum quæ in opere de temperamentis sunt scripta, scilicet ne quis existimet qui superuacuis excrementis onerant, hos humido temperamento esse. quæ res eos qui senectutem frigida & humida putarunt, falsos habuit. Non enim ipsæ particulæ senum humidiores temperamento sunt, sed ipsæ capacitates quæ inter corpora patent, tum senum, tum eorum qui humidis morbis laborant, superuacua humiditate implentur. Porro cuiusmodi siccus morbus sit, certa scientia cognosceret, qui librū quem de marasmo inscripsimus, diligenter relegerit non semel bisue, nec transcurrentes, sed singulis insistentis atque intentus. Sanè qui hæc cōmode leget, hūc exercitari prius cōuenit in secundo de temperamētis libro, in quo demonstratum est senis temperamentum siccum esse. Verum quod in præsentia nobis propositum est calidius iusto corpus, si quidem in prima constitutione mediū humiditatis siccitatisq; habitum habuerit, omnino id in incrementi statu (quæ ænulus uocant) siccum efficitur, idq; tum magis, tum celerius, si etiam natura siccius erat. Sed & senescet idem citius, quanto utiq; ad summum incrementum peruenit citius. Nam cum omnes in remissione ætatis siccificemus: ratio est ut qui natura sit sicciior, in senilis intemperantiæ siccitatem citius perueniat. Hi ergo in præcipui uigoris ætate potissimum humidam uictus rationem postulant: cuius formulam proxime descripsimus. perficitur enim humectantibus cibis ac balneis, tum exercitationum & quæ præceleres & quæ multæ sunt, abstinentia. Hi adeo ætatis tempore & citius lauant, & à cibo iterū. proudest his & frigida potio. At uetus siccis temperamentis est inimicissima. Vitanda q; maxime his sunt exultiones, & lassitudines, & sollicitudines, & uigilia, & motus omnis celer. Iracundia uero cum biliosas naturas maxime accendat, acutas febres parit. Itaq; quæ uictus ratio ijs laudat qui status incrementi tempore temperie sunt calida, humiditatē tamen ab ortu mediocrem habebāt: hæc ijs qui natura calidi sunt & sicci, magis cōuenit. Nec dubiū est quin modus quoq; excessus superantis elementi in primis considerandus sit. Siquidē eatenus intendere, remittere, aut augere uictus speciē oportet, quatenus supra naturalem habitum aucta diminutæ sunt temperamenti elementa. Quapropter si eorum qui natura humidiores calidioresq; sunt, mutare temperamentum ad frigidiorē sicciorēq; speciē libet: contrariam his uictus rationē exhibeas oportet. sin id custodire placet, similem. Sanè eiusmodi naturæ in puerili ætate fluxionū & redundantiæ morbis maxime tentant, itemq; putredinis. quo magis & pluribus exercitationibus & exacta uentris cōcoctio ne indigent. Quicquid enim in hoc corrumpitur, id toti corpori morborum putredinis occasio fit.

Itaq;

Itaq; & ante cibum bis terq; hi si lauent, ac calidis sponte ortis utantur; maximum inde commodum sentiunt. Quippe huc dirigitur in his cōsilium, ut ipsas animalis particulas seruemus humidas. Quæ res omnis temperamenti communis est; si modo contraria ratio omnium animantium corpora citius ad senectutem perducit, ipsaq; sit cuius culpa omne genitum corpus mortale sit. Quippe si fieri posset ut temperamentū corporis humidum perpetuo seruaretur, uerus sophistæ cuius inter initia operis memini, sermo esset, qui sibi auscultantem promissit immortalem fore. Quoniam naturæ progressum qui est ad siccitatem, effugere corpori nō licet, ut ante docuimus: iccirco senescere nobis corrumpiq; necesse est. Erit tamen id maxime diuturnum, quicquid erit minime siccatum. Verum cum humida uictus ratio excrementa & succorum abundantiam pariat, difficile est ita mediocritatem seruare, ut neq; morbi incidant, neq; senectus maturetur. Quod tamen ad ipsius temperamētū rationem attinet: qui maxime sunt humidi, ij maxime sunt longæui. Idem & sanitate, ubi corpus ad robur peruenit, plus cæteris fruuntur: & cæteris qui parem etatem agunt, ualentiores ad extremū usq; senium sunt. Ideoq; feruētum medicis omnibus, tum philosophis qui corporis elementa diligenter inuestigarunt, temperamentū id laudatum est. Immo etiam unum id proinde secundum naturam se habere quibusdam est uisum. Nam quanquam in principio sit deterius, tempore tamē reliquis præstantius euadit. Quo magis qui tuendæ huius corporis sanitati præficitur: ijs quæ ab ipso defluunt, prospicere debeat tū exercitatione (ut dixi) tum balneis ante cibum pluribus, tum uero ijs quæ per uentrem et urinas reddunt, excernendis. Nec prohibet præterea quicquā, quin & apophlegmatismis & purgationibus aliquādo utatur; anteq; omnia cibis boni succi, ac uini potione quod urinas promoueat. Et de calidis quidem temperamentis abunde dictum est: de frigidis deinceps agendum. Sunt porro & horū tres summæ differentię. Nam aut modice se habent in altero contrariorum parī, ita ut nec humidi sint, nec sicci; aut alterum in his redundat, utiq; uel siccum, uel humidum. pessima tamen merito sicca temperatura est, quippe quod temporis spatio senescētibus accidit, id his statim ab initio contingit. Ergo istos humectare calface-req; oportebit. Id fiet exercitatione modica, et nutrimento humectante ac calido; præterea uini calidi potione, & somno liberaliore: illud interim pro uidentibus nobis, ut excrementa omnia quæ uel ex cibis uel potione proueniūt, quotidie expellantur. De ueneris usu dictum supra est, eam omnibus qui sicco temperamento sunt; inimicam esse. Nūc uero etiam ex hoc numero potissimū aduersa est ijs qui supra siccitatē frigidī quoq; sunt. Nā innoxia uenus ijs tantū est q; calidi humidiq; sunt: tum uero qui genitura naturaliter abundat, de quibus inter inæqualia temperamenta mox dicetur. Malum uero & illud frigidū temperamentū est, quod

cum humiditate coniungitur; maximeq; id fluxionum morbis est obiectū. Succurritur huic & balnei abstinentia, & exercitio, et tenuiore uictu, & unctionibus quæ modice calfaciant; quātū forma narrata prius est, ubi de lassitudine egimus. At qui frigidi natura sunt, ceterū in sicci humidiq; temperatura modice se habent: minus ij uel ad sanitatē, uel ad corporis robur sunt inepti, quā qui in illis sunt intemperati. horum igitur excitare firmatēq; calorem expediet. In humiditatis uero siccitatisq; specie, tota uictus ratio media est exhibenda. Atq; hæc mihi omnia de ijs dicta sunt, quos æqualis intemperies premit, hoc est quibus omnes corporis partes ad calidius, uel frigidius, humidius, uel siccus similiter sunt inclinatæ. De ijs uero qui inæqualem corporis constitutionē habent, nō potest paucis disseri, propterea quod numerosæ horum uarietates sunt: cum alijs alia particula male temperata sit. Sed & si duas tantū quis intemperatas habeat, harū quoq; uarietates non pauce sunt. Proindeq; cum prius docuero quānā ijs exhibenda sint, quibus inculpatus quidem est corporis status, uiuunt aut uitam seruilem, siue negociosam, siue quouis modo aliter appellare placeat; ab ijs uero, quānam ijs qui æqualem intemperantiā habent in simili uiuendi genere: transibimus dehinc ad eos qui inæqualē in corporis partibus statum habent. Ergo salubris & inculpatus corporis status, in latitudine (ut sæpe dictum est) intelligi debet: sicuti etiam ipsa sanitas. Nam neq; sanus esse quisquam nostrū uideri potest, ea saltem quæ omnino inoffensa inculpataq; sit, sanitas; neq; inculpabili esse corporis statu. At sanos esse dicunt, qui nec parte aliqua corporis dolēt, & ad uitæ munia haudquaquā sunt impediti. parī modo et corporis statu illesto esse, cum nec ab externis occasionibus facile in morbos incidunt, nec ab internis. Illo nimium pro re certa prius definito, assidue agrotare aliquos non ob propriū corporis statum, sed propter uitiosam uictus rationem: dum aut in desidīa uitam exigunt, aut nimīū laborāt, aut in ciborum qualitate quātitatē uel tempore peccant, aut exercitium aliquod noxiū exercent, aut in somni modo, aut ueneris inmodico usu falluntur, aut etiam agitudine animi, curisq; parum necessarijs se macerant. Quippe nō paucos nouimus eiusmodi de causis quorūnis agrotare: quos tamen nō dixis uitioso corporis esse statum: sicut eos qui cum nullo horū quæ recensui, deliquerunt, tamen perpetuo agrotant. Ergo primū propositus sermō is esto, qui corporis statum in latitudine inculpatus habet. quicq; alteri uiuens, toto die ministrat, aut maximo magistratui, aut monarche; cæterum ad extremū diei liber à domino discedit. Quo loco rursus definiendū nobis est, quem finem diei dicimus: quādo aliās lectori sermo noster imponat, nisi certa limitatione sequet. Si enim dixero dissolutum primū hominē ad corporis sui curā, cum sol occidit, nec adiecerō quo die id uelim, circāne solstitiū, an brumā, an circa æquinoctia, an alio quopiam

quopiam tempore quod dictis interuenit: nō pos-
sunt cōmoda praecepta tradi. Romae enī maximī
dies ac noctes, paulo maiores quindēcīm aequino-
ctialibus horis sunt, contra minimī, paulo intra no-
uē. In magna uero Alexandria maximus dies qua-
tuordecim horarū est, minimus decem. Ergo qui
in breuissimis diebus, & longissimis noctibus a mi-
nisterio occidente sole redit, huic fricari per ocīū
& lauari, & modice dormire licet. Porro nemo est
cui nec in maximis, nec etiā his, licet aliquid me-
diocriter agere. Nec ipse profecto quēquam noui
tam infelici uitae sorte. Antoninus enim, qui impe-
ratorum quos ipsi uidimus, promptissimus ad cur-
ram corporis uenit, breuissimis diebus sole occidē-
te in palastram ingreditur: longissimis autē hora no-
na, aut ad summum decima. Quare licet ijs qui illi
in diurnis officijs adsistunt, ubi discessere, reliquo
diei tempore corporis curam agere: ita ut sole occi-
dente ad somnum se conuertant. Nam cum mini-
ma nox nouem horas aequinoctiales aequet, abun-
de his fuerit si id totum tempus in somno sumple-
rint. Ergo uidendum est assuetūne per antea actam
uitam exercitationi talis minister fuerit, an citra
exercitationem lauari. Nam sunt qui ne frictionē
quidem sibi adhibeant, sed protinus perfusi oleo
balneum ingrediantur, aut etiā strigili tantum
atrepto, quo sudorem in ipso balneo defringant.
Ac nonnulli quidem hanc consuetudinem modice
ferunt, ita ut aliqui eorum nec assidue aegrotēt,
[nec longo tempore,] utiq; quibus libera corpo-
ris transpiratio est: *ἡ δὲ διαπνοὴ* Graeci uocāt, eos
dem aliqui tum medicorum, tum gymnastarum,
ἀπαυρογυγίτας Graece appellant. Quin dictum &
ab Hippocrate est huic generi hominum sanitatē
magis constare. Ait enim: Laxitas corporis ad trā-
spiratum, quibus plura per cutim feruntur, salubri-
us, quibus pauciora, minus salubre. Hanc corpo-
ris naturam ad aliam consuetudinē transferre non
oportet, sed nec ullam omnino aliam naturam nisi
quae longo iam tempore aegrotat. Quod si qua as-
sidue aegrotet, disquirere in ea causam conueniet.
Ea inuenietur, si initium inquisitionis ab aegritudi-
nis specie coeperimus. Quicquid enim eorum quae
in ipso sunt, corpus affligit, duplici id occasione o-
ratur, aut redundantia, aut succi uitio. Ac si quidē
redundantiae uitis aegrotare uidebitur, huc uni-
uersa tendet uictus eius ratio, ut succos ad conue-
nientem modum reuocet. sin ex succorum uitio,
ut pares eos faciat. Prius autē specialiter dicet quē-
admodum prospiciendum mediocritati sit, quae in
quantitate spectatur. post quemadmodum aequa-
litati, quae in qualitate consistit. Itaq; iam de priore
agamus, ducto tandem ad principium sermone.
Vbi quod ex corpore exhalat, minus ex ijs quae
accepit, redundantiae oriri morbi solent. Ergo pro-
spiciendum est ut eorum quae eduntur ac bibun-
tur, respectu eorum quae expelluntur, conueniens
mediocritas feruetur. Sanē is modus seruabitur, si
ponderabitur a nobis in utrisq; quantitas. Qui enī
balneum statim ingreditur, ijs postea frictione

Galen,

uti, atq; etiā prius paulum dimoueri: qui uero
hac prius obierint, paululum etiā hac ipsa inau-
gere suadebimus: detrahēre uero de nutrimentū uel
quantitate, uel qualitate, uel etiā utraq; Qui enī
celeriter notabilem abundantiam acervant, ijs de
utraq; qui non celeriter aut non notabilem, ijs de
altera demptum esse sat fuerit, utra uidelicet ho-
mo ipse potius uoluerit. Ac quemadmodum de
quantitate dematur, notum est. De qualitate de-
mitur, cum exigui nutrimenti cibus apponitur. Si
quidem non pauci suilla nutriti, celerrime copiam
acervant: cum alias requirāt id nutrimentum tum
frictiones, tum exercitationes planē uehementes.
His igitur olera & legumina, quae non multū cor-
pori adiciāt, praeterea pisces & aues quae multum
item non nutrant, exhibenda sunt. Qui uero uiti-
osos congerunt succos, ij non perinde ut qui redū-
dantiam cogunt, uni tantum rei sunt intenti: quan-
doquidem nec unica est uitiosi succi species. Alij
enim magis frigidum pituitosumq; eiusmodi suc-
cum congerunt, alij magis calidum ac biliosum,
nonnulli magis aquosum, alij rursus magis melan-
cholicum, id est qui magis atrae sit bilis. Horū er-
go cuiq; abstinentum ab ijs cibis potionibusq; est
qui eum quē colligunt succū facile gignant. Por-
ro dictum abunde de his est in tribus libris qui de
ciborum uiribus sunt inscripti: item in alio quem
de ijs qui bonum malumue succum gignant, in-
scripsimus. Est & praeter hos alius de ijs qui exte-
nuant cibis: utilis profecto ijs qui crudum conge-
runt succum, qui crassus quidem omnino est, non
tamen perpetuo glutinosus. Sanē omnibus his cō-
mune auxilium est alui deiectio: potissimum uero
quibus est naturaliter adstrictior. Communis por-
ro est & ueneris conueniens mediocritas. Quibus
enim inculcata corporis constitutio est, non de-
bent ij (ueluti siccis supra praeeptum est) a uene-
re omnino abstinere. Illud tamen cōsiderationem
desiderat, semel ne die, an bis sit ijs qui eiusmodi
uitam agunt, comedisse, ex usu. Eius cōsiderati-
onis caput est & corporis ipsorum natura, & ab
hac in uictus ratione consuetudo, & tertio ab his,
si mutare uictus rationē uidebitur, quo pacto eius
mutationem homo feret. Atq; ab ipsa quidem na-
tura, eius quod conducet significatio datur. Et eo-
rum quidem quibus biliosus uenter est (sicuti di-
ctum nobis in quarto iam est, & nūc nihilominus
dicetur) primi semper ciborum ac potionum sint
qui aluum deiciant. Ex uinis quidem dulcia, &
quae mollire uentrem possunt. Non enim omnia
eius sunt generis. Ex cibis, olera cum oleo & garo.
Vitanda uero ex uinis sunt austera: ex cibis, qui
adstringunt: nisi si firmandi oris uentris causa post
totam comestionem exhibeantur. Id autem expe-
rientia quoq; discernendum est. Sunt enim quibus
adstringentium usus adeo aluum non comprimit,
ut etiā ad deiciendam cōducatur, propterea quod
os uentris roborat. Quod euidentissime in ijs qui
imbecillius id obtinent, cernitur. Quicunq; uero
palastrae exercitijs ante balneum sunt usi prius q̃
disstrictae

Tom. 2

P

disticta negotijs uitæ se addicerent: ijs ut ab ipsis abstinuisse est incommodissimum, ita ut similiter utantur, præter incommodū, etiam fieri omnino nequit. Ergo exercitatione quæ apothērapia dicitur (de qua supra egimus) istis utendum cenſeo: & simul de ſuille carnis modo nonnihil demendum.

Quoniam uero (ut ante dixi) ſunt quibus ante balneum eſtaſſe aliquid eſt melius: dicendum deinceps eſt tum de hora qua facere id debent, tum quantitate eorum quæ ſument, ac qualitate. Ergo quod ipſe facere inſueui diebus ijs quibus propter uel in firmos uiſitandos, uel ciuilia negotia, putaui me ſerius ad balneum acceſſurum: id dicere non grauabor. Ponatur dies quo id fit, tredecim horas æquinocſiales longus: in decimam uero corporis curandi ſpem eſſe. Hoc caſu uiſū mihi eſt circa quartam horam ſimpliciſſimum ſumendum eſſe nutrimentum: qui utiq; ſolus eſt panis. Atq; ipſe quidē ita feci. Quibuſdam uero pane ſolo uel ſci ſine obſonio non placet, ſed cum cum palmulis, oliuiſ, melle, aut ſale, ſumunt. ſunt etiam qui poſt cum bibūt. Ego uero nec à tali cibo unquam bibo, & ſolum panem comedo. Sit autem cuiuſq; eorum modus, iſ qui decima hora concoctus eſſe poſſit. quippe ſi exercitari cupiant, eo maxime pacto citra noxam ſe exercitent, ſiquidem non leue incommodum nonnullis accidit, cum repleti cibo ſe exercitant, nonnullis enim & caput impletur uaporibus, & in iocinore aut ponderis ſenſus, aut diſtentionis, aut utriuſq; percipitur. Ergo cum tale quippiam incedit, ſuccurrēdum ei quā primum eſt. ſi ſecur obſtructum ſit, ijs quæ in uiſis eius hærentia impediatq; expediant. ſi caput repletum eſt, ambulatio nibus, ſed potiſſimum ante cibum. nihil tamen uetat quin & poſt cibum. Cæterum has quā maxime lentas eſſe expedit. Illas quæ ante cibum ſunt, magis hiſ quidem citas, non tamen quales ſeſtina bundi uſurpamus opere aliquo urgente. Quæ uero iocinoris meatuſ obſtructoſ expediant, eadem tarditati concoctionis conducunt. horum optima ſunt oxymeli, & dia trion pipereō, in quo nullum immiſtum ſit medicamentum nō familiare, ad hæc tenuatoriuſ uiſtus. Hæc enim tarditatem concoctionis corrigunt, & obſtructioneſ iocinoris liberant. Vbi uero corruptio ciborum in uentre accidit: quibus id quod corrumpitur, in aluum deſcendit, ijs maximum id cōpendium ad ſanitatē eſt. quibus uero non deſcendit, ij prouocandi ijs ſunt quæ leuiter deiſciunt: cuiuſmodi ſunt dioſpoliti con, utiq; cum pari cum reliquiſ pondere nitrū immiſtum habet, & quod ex ſicciſ & cnico componitur, aliq; quæ ex cnico uel epithymo conficiuntur. Porro ijs qui ita ſunt affecti, etiam uomituſ ante cibum conducit: uomituſ autem uini dulciſ potione prouocatuſ. Conſulendum uero hiſ eſt ne quod ſumidum, aut male olens, aut deniq; facile corruptibile nutrimentum accipiant: ſed quæ boni ſucci ſint, (medici euchyma uocant) potiſſus eligant. Scriptum uero de hiſ alibi eſt in ijs quæ de boni maliq; ſucci cibis prodidimus: præterea in il-

liſ tribuſ quos de ciborum facultatibuſ inſcripſimus. Per commodum uero ijs qui ita ſe habent hominibuſ eſt & ſi ex conueniente interuallo aluum ſubducant per ea quæ modice purgent, cuiuſmodi eſt quam medici dialoeſ picran græce uocant. Si uero longo tempore uitioſum ſuccum augeri ſinas, grauiſ quiſpiam morbuſ ipſiſ incidet. Sanè poſſunt ei uſmodi ſibi curam impendere ijs diebuſ quibuſ publicum aliquod feſtum celebratur, quo nimirum liberi à ſeruili miniſterio ſunt. Verū mul ti per intemperantiā adeo nihil agunt quo quod uitioſum in corpore collectuſ eſt corrigan, ut etiam magiſ ipſum accumulent, dum uitioſo uiſtu in ipſiſ feſtiſ utuntur. Quo fit ut aliſ corum diutini morbi incidant, à quibuſ tota uita explicare ſe nequeunt, (cuiuſ generiſ mala ſunt & podagra, & articulariſ morbuſ, & calculuſ): aliſ acuti, ſed qui uel ſinguliſ anniſ infeſtent, uel certe alterniſ omnino. Aliqui uero etiam biſ ita in uno anno laborant. Ars uero quæ ſanitati tuendæ præſidet, ijs qui ſibi paruerint, conſtaturam ſanitatē promittit. Qui uero parere recuſant, ijs perinde eſt ac ſi omnino non eſſet. Recuſant autem ali, ab ipſa in præſentia uoluptate uiſti, quos incontinentes intemperanteſq; nominant: ali ambitione, quam græci hodie *νεροδξία*, id eſt, uanam gloriā uocāt. quorum iſ erat qui quiduiſ potiſſus ſuſtinuſſet, quā picem ſibi toto corpore continenter illini, ſuadentibuſ id medicis pro gracilitatiſ remedio. hæc em nonnulliſ propter totiuſ corporiſ in ſicciſ frigidiq; exceſſu intemperiem oritur, nonnulliſ uero propter digerentiſ in corpore, uel nutrientiſ, uel etiam ambarum facultatum naturalem imbecillitatē. Porro omnibuſ qui ita ſunt affecti, auxiliatur unguenti genus quod à græciſ hodie dropax dicitur, utpote quod & diſtribuendo in corpore alimento, & nutritioni cōducit. Et ſanè multoſ ex ijs qui priuſ gracileſ fuere, uidere licet hoc remedio obeloſ reddituſ, potiſſimum quibuſ digerendiſ facultatiſ in firma erat, nutriendiſ uero firma, ſed quæ per apte materiæ penuriā affatim nutrire non potuit. quod ei nimirum ex deducendiſ in corpore alimenti deſectu, incommodum accedit. Verum aliqui per ambitionem (ut dixi) ne ſicut delicati, aut qui for mæ pluſ ſatiſ indulgent, pice ungi uideantur, reſu giunt ei uſmodi auxiliū, atq; aliud quippiam ſibi à nobiſ excogitari gracilitatiſ remediuſ iubēt: cum tamen nullū ſit quod huic poſſit æquari. pro deſſe tamen poſſunt etiam hæc, ſi ante balneū manu nec adeo molli, nec ruriſ aſpera corpore perfriceſ quoad ruborem contrahat: deinde dura fric tione non multa cutem cogens, denſam eam durāq; efficiat: ab hiſ, ſi mediocri exercitatione uſum, ac lotum, citra tamen longam in ſolio moram hominem abſtergeat ad iam dictā fric tioneſ ſiccæ formam: mox ungas oleo exiguo, ac cibum offerat. Quippe ſtudiū in hiſ eſt, ubi bonum ſanguinē in corporiſ molem attraxerit, ut tum nutritiū uim firmeſ: tum ne quod attractuſ eſt exhalet, proſpicias. Ac firmatur quidē nutriendiſ uiſ excitato in carni

Balney.

carnibus calore. Non exhalabit autem qui attritus in has sanguis est, si oleo unxeris: utpote quod emplastici medicamenti uim habet. Quod si aetas non reclamet, etiam si frigida lauatione una cum praedictis utetur, magno fruatur commodo. Contra uero in ijs qui inuoluce sunt obesi, minuenda digestio est; augenda uero corporis exhalatio. Porro minuetur digestio assidua uentris deiectione: nempe assuefacientibus nobis nutrimenti instrumenta, quaecumque continent, ea statim pessum implere. Corporis autem exhalatio inaugebitur celeri exercitatione, cuius generis cursus est: praetera unguentis ijs quae euaporandi uim habent, fricando quam plurimum. Sanè frictionem mollem esse conuenit, ac quae laxum corpus efficiat. Ipse namque praepinguem quandam paruo tempore ad mediocritatem carnis reduxit: celeri primum cursu uti cogens: dein sudorem linteo uel molli admodum uel admodum aspero detergens: ab ijs unguentis euaporantibus, quae hodie acopa medici iuniores uocare solent, largissime perficitur: ac post eiusmodi frictionem ad balneum perduxit: à quo non protinus cibum dedi, sed quiescere interim iussim, aut etiam consuetum aliquod munus obire, rursus ad balneum secundo egi: postea ciborum multitudinem qui parum nutrent, apposui, eo consilio, ut saturarent illi quidem, ceterum exiguum nutrimenti in totum corpus summitteret. Sed & alias quae totum occupant corpus intemperies simili ratione corrigere conuenit: primum eorum quae agi oportebit, inuento scopo: mox materijs quae ea praestare queant. Nam nunc compendio sermo omnis semel peragatur ad eos qui tum frictionum, tum exercitationum, tum balneorum rationes memoria tenent, itemque ciborum, & medicamentorum. Ac de frictionibus exercitationibusque in hoc opere supra est dictum: de cibis uero alibi, atque etiam de medicamentis. Quippe doctrina quae methodo, id est uia rationeque, traditur, cum communia generaliaque complectitur, ad multa particularium tum facile recordabilis, tum uero compendiaria efficitur. Ego uero cum non tantum uniuersalia ponam, sed etiam particularium exempla his apponam, absolutissimam me arbitror tradere doctrinam. Iam ad inaequales corporum status accingi tempestiuum uidetur. Ea porro etiam ualetudinaria omnino sunt. Sanè inaequales status trifariam fiunt, prout compositio corporis nostri triplex est. Vna ex primis elementis, ex quibus constant ea quae Aristoteles *στοιχεύματα*, id est similes partes nominat. Secunda ex his ipsis similibus: quae ipsa quoque rursus sensibilia dissimilium partium elementa sunt: ex quibus instrumentalium compositio consistit. Tertia ab his totius corporis compositio ex ipsis instrumentalibus est: ac facillima quidem tum ad discernendum, tum uero ad curandum tertia est, difficilior secunda, maxime lubrica prima est. Commodius ergo à tertia incipitur, quae faciliorem se & ad cognoscendum praebet, & ad custodiam, ut statim in capite (neque

Galen.

enim alienum est ab eo coepisse) quod intemperatae naturae sit, adeo ut multa excrementa gignat, unde laedi subiecta membra contingat, in quodcumque excrementa procubuerint. Ac promptissime quidem in os & nares impetum excrementa faciunt: decidunt uero & in oculos, nonnullis etiam in aures. Sed excrementi os decursum tum gula excipit, tum aspera arteria: appellant hanc Graeci & *βρόγχον*. cuius summa pars quae ori coniungitur, (*λάρυγξ* autem Graece dicitur) instrumentum est uocis: ut in libro de uoce est indicatum. Ergo is larynx ab ijs quae capite decidunt madefactus, principio quidem raucam uocem facit, procedente uero tempore paruam. Si uero longius etiam procedit malum, totam adimit. Quippe cum larynge arteria quoque ipsa una humectatur. Quod si a crisi fluxio sit: non solum ad uocem ineptae praedictae partes fiunt, sed etiam grauissima quaedam crosio his accedit: quae talis est naturae, qualis sunt quas subinde in cute citra externam causam laesa factas uidemus. Ita uero & pulmo his exulceratur, & morbus tabes dicitur, Graece *φθόξ*. At si in gulam & uentrem fluxio feratur: quae quidem frigida est, in frigidam intemperiem corpora mutat. quae calida, in calidam. haec uero etiam exulcerat spatium. Inter initia uero appetentiam & concoctionem labefaciat. At frigida quidem fluxio tarditatem concoctionis, & cruditatem, & acidum ructus creat. quod si etiam corrupta sit, alimentum quoque in corruptelam uertit, quae uel fumidos, uel acidos, uel alterius cuiusquam dicibilis indicibilisue qualitatis ructus emittat. Si uero inferius se noxa recipiat: & ieiunum, & crassius intestinum, quod colon uocant, affligit. Quinetiam uasa quae sunt in mesenterio, & per quae fit in iecur cibi digestio, tangit. Ac nonnullos quidem desiderium appetitus excipit, alios appetentiae à natura alienae, quas caninas appellant, aut etiam uitiosum cibi cupiditas, qualis grauidis quas *κυσώσας* Graece uocant, accidit. Sanè non latet uiam quoque, et parasthemia, & parulides, & antiades, & dentium erosiones, & ulcera & putredines in ore, saniem hanc quae à capite in ipsa decedit, consequi. Ac pleraque medicorum pars aut columnellam incidunt, aut medicamenta quibus expui faciant quod in pulmonem per asperam arteriam defluxit, exhibent. Alij uentri prospiciunt. Alij dentibus & ori, aut etiam ijs quae in naribus consistere, prouident: ut de oculis auribusque taceam, qui ipsi quoque in non paucis laeduntur: cum satius (arbitror) esset ipsum malum fontem tollere, caput ipsum firmando: aut si hoc praemagnitudine naturalis intemperantiae non liceret, saltem illi prospicere: ab ipsa scilicet uitij specie, prouidentiae significatione semper accepta. Nec committere ut, quod nonnulli medicorum faciunt, qui omni capiti medicamentum quod ex thapsia & sinapi componitur, applicant, id ipsi quoque facerent: quando si ex calida intemperie caput male habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequenti balneo potabilis aquae

Tom. 2

p. 2

fotere.

fouere: quo & calidos vapores qui in capite sunt, euocemus, & totum capitis temperamentum melius reddamus. Calidarum autem quæ sponte nascuntur, noxius his usus est. siquidem quæ ex his sulfurosa, bituminosa uel sunt, ea propterea quod calfaciunt, inimicissimæ calido naturaliter capiti sunt. aluminosa uero, quoniam angustos habitus meatus claudunt. Solis autem ipsi sponte natis citra noxam utantur, si tamen ipsis utendum, quæ utique dulces sunt, sic enim tuto dixeris. nam quod utile etiam aliquid ex ipsis proueniat, id uero non perinde tuto dixeris: quando nec calidæ fortasse forent si omnis calfacientis medicamentosa uirtutis essent expertes. Satiùs autem sit eiusmodi aquas experientia discernere: quando etiam raræ inuentu sunt: apud nos stadiis ab urbe paulo plus centum: in Prusa minus decem. Ergo quæ apud nos est in Allianis, (ita enim locum appellant) unius tota rationis est, atque ex uno fonte manans, quæ uero in Prusa est, [diuersa.] Item diuersus medicamentosa aquæ fons, æque ut apud nos, in Licetis. Quibus uero caput uelementer calidum aestuans, quæ est, ipsi præstat æstatis tempore rosaceo perungi: quod ex rosis tantum ac sine frondibus sit confectum. Atque in hoc ipso genere illud præstantius est, quod ex crudo oleo (quod omphacinum & omotribes Græce uocant) iniectis rosis componitur. Quod longe etiam melius est si salis omnino sit expertus. Sunt capita quæ propter articularum temperamentum in uertigines (quæ Græce scotomata uocant) & capitis dolores incidunt: in quibus etiam arterias incidere solemus. Sed hoc genus propositæ artis limites egreditur. Quæ tamen ex nimis acuto neruorum sensu assidue dolent, qui à capite orti plurima sui parte, os uentris texunt, pars etiam ad reliquum uentrem descendit: his sanè meri propositæ iam artis officium est, potius tamen consilium est, id agere quo minus hæc ullo modo incendant, cauendo ne aut biliosus humor in uentrem prorsus confluat, aut quam celerrime inde expellatur. Atque ut ne prorsus quidē confluat, consuleris, si citius cibum exhibeas. Vbi enim totius corporis biliosus temperamentum est, uenter imbecillus: utique cibo qui uentrem roborat (eustomachum Græce uocant) firmari postulat. Vbi enim ita non prospicitur, defluunt in eum quas corpus acruat, superuacua sanies, quos Græci ichores uocant. Ex quarum uapore non solum capitis dolores nonnullis oboriuntur, sed etiam suffusorum, quos hypochoemenos uocant, symptomata. aliis quibus uero & comitalis conuulsio. Horum itaque omnium uniuersa uictus ratio ad frigidius potius humidiusque mutanda est. Quod autem in uentrē confluit, id uomitione ac uentris solutione expellendum est. Stomachus uero cibus quidem quotidie prius quam bilem contrahat, firmandus. purgetur uero medicamentis ex maiore intervallo, absinthij coma, & compositione ex aloë, quam picrocran uocant, quippe hæc quod altius in tunicas biliosus uentris se recepit, expurgat: absinthio parum

ad id prestare ualente. Est enim absinthio uis tantum detergendi, adstringendi: ac talis quæ (ut sic dicam) sordes tunicarum uentris detergeat, non siquid altius in eo imbibitum est, foras extrahat atque expellat, sicut aloë. Quæ autem post hanc uentri extrinsecus admouentur unctiones, ea modice adstringentes sunt: ut melinum, mastichinum, & nardinum, & alia id genus. Ac æstate quidem potius melinum, hyeme nardinum, uere mastichinum. Nam id medium est inter melinum & unguentum nardinum. hoc enim calfacit, potissimum cum aromum liberalius immixtum habet, illud refrigerat. Est autem opulenti mulieribus & quod præstantius nardino unguentum sit: nempe foliatum: præterea quæ spicata uocant: quæ uentrem & roborare possunt, & calfacere. Si uero non modo caput calidam saniem uentris partibus transmittit, sed etiam uenter ipse calidam intemperiem habeat, utique qui frigefaciant tum cibo tum potione semper uti conueniet: atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere uarie, ac remittere: nusquam tamen ad contrariam peruenire, id quod in ipsis qui medijs temperamenti erant, fecimus, hyeme calfacientes, æstate refrigerantes. Ad eundem modum si utraque pars frigida intemperie sit affecta, semper calfacientibus tum cibus, tum potione, tum unctione utendum est: uarie tamen ea pro temporum ratione intendenda remittendaque sunt. Porro difficilis connexio est quoties uel in calidum uentrem frigida & pituitosa sanies defluit, uel in frigidum calida. Atque harum duarum alteram semper expertus sum magis ad curandum reuellem, nempe in qua frigidi pituitosique succi in calidum decidunt uentrem. Pessimus uero is status est, cum homo ea compositione naturaque est, ut nec uentrem facile solubilem habeat, nec uomere ex facili possit. Corruptuntur enim pituitosi humores, si diu sint in uentre morati: adeo ut & ipsum erodant, & simul uitiosos interim halitus ad caput summittant. Nam si pituitosus succus à capite in frigidum natura uentrem decurrat, facile his succurritur, si mane aliquid simplicis medicamenti sumpserint quod dia trion pipereon dicitur. Sed & piper solum ad exactum contritum leuiorem aqua mistum bibere his licet. Ad quem usum melius stomachoque aptius album piper est. Porro absinthij potio his est aduersissima, ut quæ pituitosum succum ipsorum uentri affigat, cum detergendi uim non habeat, quæ adeo sit æstimanda. Sed nec aloë ualde his conducit: cum ei biliosi trahendi humoris facultas sit: eoque excogitata salubriter est compositio quam picrocran uocant: quæ acrimonia caloremque eorum quæ in se habet, crassos & lentos succos dissecat ac deterget: cuius generis cinnamomum est. Verum assidue uti hoc medicamentum non licet, sicut dia trion pipereon, aut dia calaminthes: quibus etiam si quotidie utatur quem frigidus uenter infestat, nihil incommodi ex his sentiet. In totum ergo ad aloës drachmas centum, reliquorum curiulque coniunguntur drachmæ sex, quæ ipsa quoque sex sunt

sex sunt. Atq; hæc est picra quam Romæ omnes præparant. Ego uero etiam alias duas compono: atq; in altera, eorum quæ calfaciunt, plus; in altera minus conijcio. At plus quidē reliquorum immiscebimus, si de aloes solius pondere detrahemus, sic uti illius drachmas octoginta, reliquorum cuiusq; addamus sex. Minus uero, cum aloes modū augebimus, uiginti drachmis adiectis: sic ut centum uiginti eius drachmis cæterorum cuiusq; adijciamus sex. Minime uero latet & quod in penuria cinnamomi ponēdum pro eo sit optimæ casia duplum: quam aliās ea esse uirtute nonnulli putant, ut nihil ab inualido cinnamomo absit. Nam ægeroso etiam talis casia longe superatur. Verū si cut in boni panis inopia, uel uilissimo uestimur: sic in cinnamomi penuria, exquisitissima utemur casia. Ac in quibus quidem ueter aut frigidus est, aut etiam temperatus, cæterum ad frigus propensior: ijs aptum medicamentum est quod diospoliticon uocant. Quod ipsum quoq; dupliciter confici assueuit: ijs qui aluo sunt adstricta, nitro qđ Benicarum uocant, cum cumino, ruta, & pipere, pari pōdere admisto. pro ijs qui soluta sunt, dimidio. Conuenit namq; ab hoc medicamēto & pituitam extenuari, & spiritum flatulētum expelli. Grauis autem nec facile tractabilis complexio est uentris, qui intemperanter calidus sit, cum frigido, capite. Quæ enim in uentrem defluit pituita, dia prion piperon ac dia calaminthes eget, etiam cuius modo mentionem fecimus diospolitici. Os autē uentris ab ijs quæ calorem accendunt, offenditur. Ergo in ijs qui ita sunt affecti, id agendum, ut pituita dissces detergeasq; ijs quæ haudquaquam calfaciunt: quod genus oxymeli esse nouimus. Iam lubrica atq; ad curationem difficilis cōnexio est ubi tales partium affectus coierint, in quibus os uentris (quem stomachum uocant) imbecillum est ac nauuseosum, uenter autem ipse retinetur. Quippe quæ hunc lacessunt, stomachū omnia subuertunt, ita ut in summo eius cibi natent, & nauseam subinde excitent. His necessario incidit ut cibum parum belle concoquant. Quod si contra illis ea quæ stomachum firmant, exhibueris: etiam in tertium quartumq; diem ipsis uenter sistitur. Huiuscemodi igitur hominibus unicam uictus rationem conuenire animaduerti: nempe ut primo loco olera cū oleo & garo, aliāq; quæ uentrem mollire solent, sumerent: post iustum autem cibi modum, aliquid eorum quæ stomachum roborant, acciperent. Ea sunt mala & pira & punica. Quippe aliqua sūt horum generum quæ citra acorem adstringant. Ipse autem qui affligitur, omnibus seorsum usu exploratis, quod minime noxium iucundissimumq; inuenerit, eo utitor. Non multū autem de horum singulis est sumendum: sed quantum (ut dixi) imbecillitatem stomachi reficiet. nam eiusmodi horum usum uentrem soluere, experientia comperi. Atq; in totum magis qui ita sunt affecti desident, si quid adstringens post cibum sumpserint, q; si eo prorsus caruerint: propterea quod os uentris iam robo-

Galen.

atum, & trudit deorsum quæ in summo natant, & cum his unā quæ in toto superiore sunt uentre: tū uero ipsū ciborū momentū intestina quoq; excep-tū seruant, ipsa quoq; impellētia quæ a superiorib; acceperunt. Videtur em̄ ipsa tum impellendi, tum expellendi uis, etiā si a sede ipsa aliquid sursum impulerit, ipsum motum longissime tueri: quamuis præter naturam sit eiusmodi in animalis corpore transitus. Ceterum ita se habere ut dicimus, cuius intelligere licet, si quod sæpe nobis accidit, ad memoriā reuocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem sedi uicinum receptus, ad expulsiōnem sui nos irritat: quem tamen cohibere propter ciuilia negocia coacti, nec ab his expediti etiam expellimus, & facta conuersione eius, caput inde dolere sæpenumero sentimus. Optima igitur ratione tametsi lubricantes cibi stomachum innatant, aut stera sumpta ubi superioribus uentris partibus robur addiderint, principium deorsū ferendi ijs quæ in eo continentur, suppeditant. Id ferendi principium intestina tum excipere, tum ad inum usq; exitum seruare solent. Atq; cum satis de his hæcenus sit dictū, ad aliam inæqualem cōpositionem transire par est. quæ nulli dictarū in malitia cedit: utiq; in qua renes calculū gignunt, aut tophos, quos grece πώγες, aut quomodocūq; aliter uocat. totus uero corporis habitus gracilis est. hi namq; medicamenta uictumq; quæ extenuare possint, requirunt. At ea gracili corpori sunt inimicissima: adeo ut quidam qui propter renum uitium usus his fuerat, ubi digitos deterius moueri sentireq; sensit, & ut ipse locutus est, ueluti cauum quiddam sonantes: communicauit rem medicis, primum in Campania, ubi ipse agebat. hi, tãquam eo affectu laboraret qui paralyisin, id est resolutionem neruorum minaretur, medicamentis quæ ex euphorbio & limnethi (quam etiam ἀδελύκην uel ἀδελφον Græci uocant) utebantur. Ut autem affectus ei in deterius cessit, & symptomata cum uehementi dolore ad superiores partes semper ascenderent: mihi, qui id temporis in Campania forte eram, rem indicauit: opemq; rogauit. Ego uero eum ex ijs medicamentis quæ memorauit, siccatum, in hunc affectū uenisse intellexi. Quarentiq; qua maxime uictus ratione siccitati suæ citra renum noxam mederi quis posset, ptisanæ cremorem excogitauit, & pisces tū saxatiles, tum qui in alto mari degunt, aliosq; in quibus nihil esset glutinosum. Simili modo & ex uolatilibus quæcūq; similem carnem habēt. Porro multæ ex montanis uocatis uolueribus, tali sūt temperamentō. Quas namq; in urbibus concludas caupones qui eas uenditant, humido ac copioso nutrimento impinguant: aduersissime his sūt. Optima uero ijs qui ita sunt affecti, caro est ut ex auibus, perdicum, proxima attagenarum, & sturnorum, & merularum, & turdorum. Quod si montanarum auium copia non est, de ijs quæ in agro uiuant, & gregalibus columbis qui in turribus nidificant, sumere licebit. Itemq; passerculos qui similiter in turribus nidificant, pyrgitas Græci uocant

Tom. 2

p 3

cant. Sinto autem in æditis locis eiusmodi turres. Ita namq; & gallinis & gallinaceis qui in corte aluntur, uti licet. Lac uero sic affectis reliquorum quidem animalium est prohibendum: unum uero alinum concedendum, propterea quod cæteris omnibus est tenuius. Ac ut uno uerbo dicam, mediam esse conuenit inter extenuantem impinguantemq; uictus eorum rationem. Particularem uero quæ his cōueniat materiam, tum in ijs libris scripsimus qui sunt de ciborū uirtutibus editi, tum in eo in quo de euchymia & caco-chymia præcepimus. Adeo superuacuum est hoc loco pluribus morari: cum id tantum dixisse sit satis, de toto horū corpore nutriendo curam habendam per eam quam supra comprehendī uictus rationem, ubi de eo sermonem feci qui quiduis potius sufferre uoluit, quam pice illini. At si obesus sit quem calculus infestat, audacter huic tenuem uictum iniungito. Eadem & ijs qui articularum uitijs laborant, cōuenire præcepta censebis. Quippe ipsi quoq; medicamentis arthriticis podagricisq; ebibitis, si carnosī, & crassī, & pingues sunt, nullum sentiunt incōmodum. sin graciles, non modo totum corpus, sed etiam pedes ipsos, interim uero & manus, si hę quoq; prius male habebant, in grauissimum statū siccando perducunt. Scire tamen licet podagrica hæc antidota multum à nephriticis distare, non in eo modo quod crassos glutinososq; succos attenuent, uerum etiam quod calfaciant & siccant. Nam calculosis quæ ualde calfaciant, dari nullo modo conuenit. Quoniam uero dictum abunde de talibus omnibus est in opere quod de medendi ratione conscripsimus, præterea in ijs libris quos de medicamentis edidimus: (qui ipsi duplices sunt, qui priores ordine sunt, de medicamentis simplicibus, qui posteriores, de compositis) profecto nec omnino nihil, nec prolixius meminisse de his conueniebat: propterea quod eiusmodi corpora inter ea quæ exactam sanitatem habent, & quæ iam ægrotant, medium statum obtinent, siquidem ea pars artis quæ instantem morbum declinat, (prophylactice Græce dicitur) affectis ad hunc modū corporibus consulit. Nemini enim ex ijs qui corporis habitum inculpatum habent: aut medicamenta bibenda, aut tenuante uictu utendum cēsemus. Sed qui pro naturali imbecillitate aut corporis totius, aut partium quarundam, ex leui causa læduntur: hos ad prædictæ prospicientis partis uictum traducendos censemus, atq; à suspecto sumouendos: quem tamen nemini esse noxium uidemus eorum qui naturali corporis bono sunt habitu, & modice laborare non grauantur. Verum qui ex leui causa afficiuntur, ita ut magnis morbis assidue uexentur, ueluti comitiali, uertigine, (quod scotoma Græce dicitur) capitis doloribus, item alijs in quibus caput subiectis partibus symptomatum occasio est, quarum sunt dētes, gingiuae, columnella, uno uerbo omnes quæ in ore & faucibus sunt partes, ad hæc aures, & oculi, & stomachus, & uenter, & ipsi randi partes, nempe summa arteria quæ larynx di-

citur & aspera arteria, & pulmo, & thorax: his uictus communis scopus est, caput ipsum ante omnia & quàm accuratissime minus opportunum ad uitia reddere: mox etiam afflictis partibus prospicere: modo tamen ne ignoretur hoc ipsum quoq; alia determinatione egere, utiq; hac, Non omnes quæ læsæ sunt partes, esse roborandas. Optima uero determinatio est quæ ex usu earum petit. quippe oculorum & aurium permagnus est usus. Iccirco decidentibus in has à capite excrementis, deriuatio per uicinas partes (parocheteusin Hippocrates uocat) molienda est, ac ad nasum potissimum trahenda quæ in has partes feruntur. Sin ad nasum non sequuntur, in os ipsum: utiq; per ea quæ pituitam eliciunt, (apophlegmatismata Græci uocant) sicuti ad nasum tum per ea quæ sternutamēta mouent, tum quæ eius obstrukciones aperiant. Oculis uero ipsis robur adijcies, si sicco collyrio quod ex phrygio lapide componitur, utare, ac sic palpebris specillo inducas, ne oculi membranam intus contingas. ita namque mulieres quotidie faciunt cum stibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium uero robur, uel glaucium solum super cote tritum cū aceto, mox tepidū per specillum blande infusum, aut etiam per instrumentum illud quod publice in usu est, & oricularium clysterem, Græce ὠτίθυρα uocant. ubi uero satis firmatæ sunt, ita ut nihil in has confluat: assidue instillandum optimi nardini unguenti aliquid, id olim duntaxat Laodiceæ in Asia præstantissimum fiebat: nunc uero & in alijs fit urbibus. Robur autem auribus uel magis afferet, ijsdemq; proficiet collyrium quod diaglaucium, propterea quod glaucium recipit, uocant. præterea diarhodon, & crocoides, & nardinum, & quod ὀλίγιον Græce dicitur, præterea ex unguentis ea quæ Romæ opulētis mulieribus conficiuntur, quæ foliata & spicata uocant. Quod si larga fluxio & sanies assidue in aures à capite feratur, & exulceratio iam facta sit: sanè exulcerationi Andronis medicamento & similibus medebis. Inter autem id agēdum, auertere materiam ad nasum & os debebis: quo facto iam comprehensiteris. Veluti autem ex ijs quæ à capite defluunt, identidem læduntur aliqua eorum quæ illi subiecta sunt: sic ex iocinore, & renibus, uel liene, in alias partes quæ ipsis sunt imbecilliores, morbi incidunt. Siquidem demonstratum in ijs commentarijs est qui sunt de naturalibus facultatibus inscripti, singulas partes trahendi facultatem habere proprii sibi ac conuenientis succi: quem alterantes ad similesque abutuntur ad nutrimentum. Rursus aliam facultatem habere qua quod superuacuum est, expellere in uicinum desiderent. Ac siquidem ipsa quæ uicina particula est, corporis habitum firmum habeat: quod sibi obrudatur, utique non admittit, facitque ut in ipsa solum quæ primum affecta particula est, dolor usque subsistat. Sin imbecillior sit quàm illa unde excrementum mittitur: admittit illa quidem: cæterum ipsa quoque ad imbecilliores quampiam à se rursus trans-

sus transmittit: atque hæc rursus ad aliam do-
nec in eam procūbat, quia imbecillior nulla sit reli-
qua. Atque ad hunc quidem modum, quorum nul-
la uictus sui cura est, alius alia parte assidue uexa-
tur. Qui nihil colligunt superuacui, ijs manent im-
becillæ partes semper in tuto. Cuius rei euidentis-
simum argumentum est, quod aliqui sex mensibus
pluribus uel infirmis partibus laborant: cum si so-
la imbecillitas ipsa id efficere, perpetuo laboraret
infirmas pars, seu cui ægotatiōis causa nunquam
abesset. Nunc quoniam perpetuo non laborat, ma-
nifestum est aliud quippiam interuenire quod eius
affectus gignēdi sit occasio. Quod certe aliud nō
est quam quod uel quantitate uel qualitate redun-
dat. Atque hoc ipsum quod redundat, aut per to-
tum colligitur corpus, uocant que eum affectum
Græce plethoran. aut in parte aliqua princeps, sed
quæ alioquin natura sit imbecillior. Id uero aut in
ipsa manens, aut se in imbecilliorē quampiam
natura recipiens, noxam ingerit. Illud ergo ante o-
mnia considerandū definiendūque est, propter ne
semetipsum perpetuō labore membrum, an pro-
pter aliud quod prius ipso sit affectum. Atque ex-
trinsecus quidem nonnunquam imbecillæ parti
noxam incidit ex eo quod refrigerata, aut contusa,
aut uulnerata, aut lassata est. plurimum tamen ex
uictus ratione, quæ redundantia uitiosum uel suc-
cum contrahit. Attendere itaque magnitudinē natu-
ralis infirmitatis membri conueniet, hac prius di-
scernere usum: ac tenuiorem quidem homini ui-
ctum quam prius exhibere: tum idoneam exerci-
tationem iniungere: cauere uero nequid ab exter-
nis causis noxam incidat. Postea si ab his nec ipse
gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur: in-
stendum eidem uictus rationi est. Sin autem aut
omnibus membris fiat gracilis, aut male afficia-
tur quod uitioso est habitu: mutare talem uictus
rationem debebis: utique si affligitur, duorum alter-
rum faciens, aut uictum hominis in tenuiorē mu-
tans, aut certo anni tempore purgatione utēs. Ac
alijs quidē una quotānis purgatio uere incipiēte
satisfacit, alijs altera quoque post hanc autumno est
opus. Ac si sanguinis quidem abundantiam cor-
pus accumulauit, mittendus is est. Sin uitiosum
succum, uacuandus hic medicamento est quod su-
perantem humorem purget. Quod si ex tenui ui-
ctu pars afflicta leuatur, sed corpus emaciatur: pi-
catione utendum, sicut antea est comprehensum,
ad extenuati habitus refectionem. Sanē pessimus
corporis status est & ille. Sunt enim qui genitale
semen copiosum calidumque gignunt, quod eos ad
expulsionem sui proritat: postquam & uentris os
illis resoluitur, (quod stomachus nō a medicis mo-
do, sed etiam ab alijs hominibus uocatur, ita ut a
ueteribus Græce καρδία) & ipsi toto corpore nō
solum relaxantur, imbecilli que fiunt, sed etiam sicci,
graciles, pallidi, cauisque oculis cernuntur. Quod
si propterea quod ex concubitu sic uexantur, ab
hoc se retrahant: nō modo capitis molestiam, sed
etiam stomachi offensionē fastidiūque sentiunt: sed
nec ex continentia magnopere iuant. Accidunt
enim ipsis per nocturnas imagines nō minora in-
commoda ijs quæ a concubitu senserunt. Horū cum
quidam mordax præcalidumque semen inter emit-
tendum sentire non solum se, sed etiam mulieres
cum quibus rem haberet, referret: suasi homini ab-
stinere a cibis qui semen genitale auferant: sume-
ret autem non cibos modo uerum etiam medica-
menta quæ id extinguerent, (quorū tradita nobis
materia est in ijs libris quos de alimentis, itemque
quos de simplicibus medicamentis conscripsimus)
tum uero exercitationibus uteretur quæ supernas
partes potius exercerent, cuiusmodi est quæ par-
ua pila & quæ folle fit, & quæ per alteros: a balneo
uero lumbos totos ungeret unctione quapiam fri-
gida. Talia sunt & crudū & acerbū oleū, quod
ἀμφοτερίδες & omphacinum uocant, & rosaceum,
& melinum, utique quod ex eiusmodi sit oleo. Ipse
uero crassioris substantiæ unctiones nonnullis com-
pono, ne facile a corpore defluant. Est autē compo-
sitio earum ex cera & aliquo eorū quæ refrigeret.
Primum autem ubi ceratum quod a medicis Græ-
ce κηρλαϊον dicitur, feceris, dein in mortario ma-
nibus affatim subegeris, infundes refrigerantem
succum, quem etiam quam maxime cum cera sic
permiscebis, ut unitas fiat. Succorum uero id
genus descriptam materiam habes in simplicium
medicamentorum libris. Quorum obuij maxime
facillimeque parabiles sunt et semper uiui, & solani,
& umbilici ueneris, & psyllij, & polygoni, & tribu-
li, & portulacæ. hæc uero succum nō remittit, nisi
dum in mortario tunditur, adfusus sit humoris
quippiam qui tenuis aquosusque, non lentus & crassus
substantiæ sit, qualis uuarum immaturæ est, & rosarū.
Verum hi æstate, reliquorū non pauci etiam alijs
temporibus habent, ueluti lactucæ: qui ipse quoque
ex refrigerantibus est. Quin etiam lini semen si in a-
qua coquas, refrigerantem cremorē efficit. Porro
gymnastarum quempiam uidimus ex ijs qui athle-
tis præfuerat, qui athlete cuiusdam renibus plum-
bi laminā superposuit, quod nocturnis imaginibus
careret. Idque cum e plebe cuidam qui sic esset affe-
ctus, indicaret, adiutus gratias egit. Alter uero cui
carnis natura imbecillior erat, nō tulit plumbi du-
ritiam. huic ergo suasi earum quas supra dixi her-
barum aliquas substernere, ac cum ipsis molles a-
merinæ frondes, & rutæ. sensit que illico ex his
fructum. itaque usus deinceps assidue est. Quin
ubi amerinæ semine assidue uesci suasi, etiam ob id
gratias egit, sicuti etiam pro ruta. Ac talium qui-
dem materia tum in opere de simplicibus medica-
mentis, tum in libris De ciborum uiribus tradita
est. Nunc illud uisum est sermoni necessario adij-
ciendum, cauendas esse unctiones frigidas quæ
cunque ex papauere mandragoræ uel fiunt. Neque
enim horum quippiam ad mouendum: neque etiam cum
in summo uirium sunt, herbæ ipsæ substernendæ,
nam sicuti prædictis, ita his quoque substratis uti li-
cet. Quin rosas experiri cuidam suasi: sensitque ex
his substratis leuamē citra ullam renum noxam.

Sed & aliud excogitavi ijs qui ita sunt affecti non infalubre, ueluti ex ipso usu comperi. Quippe experientia normæ uice semper habenda est eorum quæ excogitauerit: nec scribendum pro utili quicquid est, quod non sis expertus: nisi tamē hoc ipsum testeris, non esse tibi adhuc expertum. Quid ergo est quod à me excogitatum magnæ esse utilitatis sum præfatus? Nempe seruare oportere qui hoc corporis uitio urgentur, quando maxime genitalis feminis abundantiam quod excerni postulet, collegerint: ac die quopiam postquam boni succi cibis in cœna se modice impleuerint, ad somnum conuersos, cōcumbere, postero die cum satis dormierint, ac surrexerint, linteo fricari quoad rubor per cutim appareat: mox aliqua ex oleo frictione modice uti: tum exiguo interposito tempore, panis aliquid bene fermentati, & furno cocti, ac puri, ex uino misto gustare: atque ita ad opus consuetum redire. Medio tamen tempore frictionis ex oleo, & panis gustandi, si quis locus in uicino sit, in eo ambulare, excepto si hybernum frigus sit. Tum enim intus manere satius ducō. Non dissimilem roborandi per cibum stomachi rationem & grammatico cuidā quem comitialis spasmus assidue urgebat, suasi: ac mirifice cōtulit. Maxime uero in fidutiā ueni hominis iuuandi, ubi didici tum spasmos incidere cum diutius à cibo abstinuisset: magisque si dolor interim irāue interuenisset. Quin etiam habitum corporis eius contuebar: sciscitantiq; de hac ipsa re, stomachū assidue bili urgeri est falsus. Omnibus uero qui hæc legent, cōmuniter illud suatum uelim, præsertim qui tametsi medicinæ artis sunt ignari, cogitationem tamen habent exercitātam, ne ueluti uulgus, ita ipsi quoq; pecorum ritu uictus ratione utantur: quin potius usu explorent quinam ipsis cibus potusue sit noxius, quæ præterea quantaq; dimotio, pari modo & de uenere obseruent num noxia sibi innoxiaue sit: tum ex quanto interuallo utentibus noxia innoxiaue sit. Nam sicut retuli, nonnulli immodice læduntur. Alij citra noxam usu ejus ad senium usq; sufficiunt. Verum hæc ambo genera rara: nempe eorum qui magnopere læduntur, & qui nullum sentiunt incommodum. Totum uero quod in medio est, id cū maioris minorisq; discrimine ad magnum hominum numerum se extendit. quorum qui non rudes sunt, sed ratione probe exercitata, (non enim quorumlibet est hæc nosse) ijs suadeo obseruent ex quibus lædi se iuari uel sentiant. ita e-

nim fiet uti in paucissimis medicorum opera indigeant quoad in sanitate sunt. Hactenus prodideram, cum amicorū quispiam toro opere perfectō, unum omnino restare licebat, quod superius à me relictum, post erat dicendum, nempe medicamentum quod ex malorum succo cōficitur: quod tum ad appetentiam excitandam ijs quibus ea languet est utile: tum ad concoctionem ijs qui parum feliciter cibos cōcoquunt: & in summa uentri robur cōciliat. Laudato igitur homine: quod admonuit, apposui, & compositionē ipsius, quæ ad hunc modum se habet: Accipies succi malorum cotoneorum quæ dulciora maioraq; sunt, ac minus acerbata, quæq; nostrates in Asia Græce struthia uocāt, sextarios Romanos duos: quibus mellis optimi tantundem miscebis, aceti sextarium unum & semissem. hæc cum super prunas modice coxeris, & spumā detraxeris, immittes gingiberis uncias tres, piperis albi duas. dein rursus in simili igni recoques, donec mellis crassitudo existat, qua utiq; crassitudine stomachica medicamenta præparari solent. Hoc uero medicamentum etiam ijs quibus inualidum iecur est, salutare in primis est. Illud uero latere non debet, seiuinis id maxime dandum esse, mediocris mystri modo: quanquam nec si à cibo sit sumptum, quicquam lædit. Commode quoque dabitur etiam si prius pransus quispiam ante cœnam id sumpserit. Maxime tamen tempestiue id duabus horis aut tribus ante cibum obtuleris. Quod si id adstringere magis uoles, etiam ex cotonicorum succo conficias. Caterum sicui uenter intemperie caloris laborat, aut etiam bili quouis modo abundat, huic asferri & piper & gingiber debet, ac succus malorum cum aceto & melle tantum ad præscriptam crassitudinem coctus dari. Qui uero medio temperamento uentres habent, ita ut nec biliosum excrementum, nec pituitosum congerant: ijs piperis & gingiberis dimidium eius qui prædictus est modus, sat erit: ita nimirum, ut sit piperis uncia una, gingiberis una & semis. At quibus frigiditas temperie uitiat: ijs quatuor gingiberis, piperis tres aut duas et semis uncias iniicies. licebit & cum ad medium modum præparaueris, in ipso usu piper addere. Atque ad hunc modum ijs quibus in diuersis mēbris pugnantia temperamenta sunt, consulendum censemus. Quibus uero in una qualibet simili instrumentali uel parte imparitas temperamenti uisitur, de his alio opere agetur.

Claud.

CL. GALENI ARS TVEN- DAE SANITATIS NVM AD MEDICI-

NALEM ARTEM SPECTET AN AD EXER-
CITATORIAM LIBER AD THRA-

SYBVLVM,

IVNIO PAVLO CRASSO PATAVINO INTERPRETE.

N

³⁵³
NON alia ò Thrasylbule de
proposita à te quaestione
ex tempore disserui, alia
uero in praesentia hisce
commentarijs traditurus
sum: id em prorsus haud
ignoras, me semper eadē
de eisdem asserere, neque
quicquam tractandum su-
scipere, cuius neque methodum didicerim, neq;
in ea me aliquandiu exercuerim. Inuentionis igitur
initium non in hac sola nunc proposita cōtem-
platione, sed etiam in alijs omnibus fuerit, ante co-
gnosceret, quidnam est id, quod quaeritur: huiusmo-
di uero notitia gemina est, aut enim solam rei no-
tionem, aut essentiam quoq; percipimus: sed quo
hæ discrimine separentur, ampliter in libro de de-
monstratione proditum est, ubi & alias omnes me-
thodos explicauimus: quin & iam in praesentia ex
ipso usu patefecit. Hoc enim in dubium reuocato,
utrum medicæ artis, an exercitatoris pars, ea facul-
tas sit, quæ salubris uocata est, teq; meam scircò
hac de re sententiam efflagitante, cum plerumq; ad
medicos gymnasticosq; de hoc ambigētes te acces-
sisse diceret, te mihi prius respondere dignum cen-
sui, quam cuiusq; istorum neminum medicinæ ui-
delicet, exercitatoris, & salubris notionem habe-
as, ne forte de alijs rebus tu narrationem cupias,
ego de alijs tibi sermonem faciam, atq; ita ad no-
men tantum, non ad rem ipsam nostra digerat ora-
tio. tu quidē ad hoc subiciuisti, me existimans de
omnibus omnia dicere debere: sed non ita rei ueri-
tas habet, multa enim sic non unum proposuisses:
primum quid est medicina, secūdo, quid exercita-
toria, tertio, post hæc, quid salutaris facultas, aut
& id ipsum, quod potissimum quaeritur, ad utram
prædictarum artium ista pertineat, atqui istud ipsum
quartum non ita simpliciter debere proponi affir-
mabam, ad utram duarum artium reduci deberet,
sed ita statim addendo, an propria, an domestica,
an pars esset, aut quomodo cūq; aliter quispiam
dicere uelit: futurum enim & inde aliquod inueni-
endi quaesiti principium. namq; si ita perfecte pro-
ponatur, ac per Iouem interrogetur: nunquid ad
medicinā an ad gymnasticā pertinet salubris: cum
trium quoque illorum nominum significatum ex-
posuerimus, medicinæ uidelicet, gymnasticæ, &
salubris: post hæc etiam quartum explicare oport-
rebit, domesticum quid significet, & quæ sit eius
dignoscendi ratio: sed hoc proprium quidē ipsius

³⁵⁴
propositi est: at medicina quid sit declarare, quid
gymnastica, quid salubris, nō est ipsius propositi
propriū. in his tamen conuenire necesse est: quare
cum unum id, qd' & tu proposueras, explicare tūc
uelles, cumq; te in respondendo trepidantē hesitan-
temq; uiderem, uirū quendam inter philosophos
in rationali speculatione uersatos non ignobilem
sermonibus nostris fortuito occurrentem respon-
dere uolui, quod ille cum propte fecisset, & ad om-
nia probe respondisset, facile (ut nosti) proposita
quaestio enucleata fuit. Atq; tunc confestim ex ser-
monum illorum artificio, & quod expectatione
celerius quaesitum inuentum sit, magnam te uolui
prætem percepisse cognoui: & postea tu me sem-
per magnopere precatus tandem non admodum
proprium ad hos sermones scribēdos impulsisti
atq; coegisti; neq; enim unum id propositum tan-
tummodo exquisitè discussum literis cōmendand-
um esse putabā, reliqua uero omnia perinde exa-
minare tempus non supererat. Quā ob rem quod
ipse in me ipso facere consueui, id satis erga uos a-
micos fore putauī: si usam ostenderē: quā quis in-
grediens nō id solum, sed etiā reliqua omnia pro-
posita explicare ualeat. Vocatā em à philosophis
rationalem cōtemplationē quicumq; satis diligen-
ter tractauerit, quodlibet iste quaesitum æque di-
scutere poterit: at sine illa propositorum commen-
tarios euoluere, nihil aliud est quā operam atq;
oleum perdere, cum neque distinguere sciat, quæ
uere in ipsis, quæ falso dicta sunt, neq; omnia inibi
scripta memoria complexi ualeat. ceterum quo-
niam semel propositum, cuius paulo ante mentio-
nem fecit oratio, declarare aggressus sum, iā inci-
piendi tempus aduenit. Si quis à quopiam interroga-
tus quid sit medicina, artem eam esse egrorum cu-
ratricem, sanorumq; conseruatricem respondeat,
nōne per Iouem iste, quod controuersum est tan-
quam manifestū accepisse uideatur, medicinæ par-
tem, salubrem esse pronuncians? quemadmodum
ē contrario si quis medicinam laborantiū tantum
curam habere cōfirmet, alio modo & iste id, quod
in quaestione uersatur, pro concessio accipiet, à me
dicina salubrem abstrahens: ita & exercitatori-
am si quispiam sanitatis seruatricem statuatur, quæ-
situm pro comperto habuerit: quæadmodum &
qui boni habitus eam opificē tradat, diuerso mo-
do & ille ambiguū pro certo asseueret. siue enim
quis artis definitionem, siue descriptionem redde-
re tentat, quod dubium est, neque confutare, ne-
que asserere sine demonstratione ausit, sed aliunde
ex con-

ex concessis incipiens demonstrare conetur. num A
quid igitur ita medicinam definire melius fuerat,
eam uidelicet esse, cuius finis est sanitas: gymnasti-
cam uero, cuius finis est bonus habitus, atq; huius-
modi descriptiones principia inuestigationis in-
stituere: at sic etiā gymnasticā salubrem, tanq; ni-
hil sit dubium, detrahemus, medicinā uero adhuc
obscurum & quālitū attribuemus. nam si sanitas
artis huius finis est, forsitan poterit eam in defini-
tionem sermo asciscere, nō præsens custodiā, sed
creationem adeptionemq; absentis, eius finē esse
constituens. hinc enim inductionibus utenti in u-
tranq; partem argumentandi facultas suggeritur:
nam si eiusdem artis officiū esse, quod prius non
erat, efficere, incolumemq; quod factum sit, conser-
uare, ostendere uoluerimus, adificatoriam, naua B
lem, fabrilem, atque ferrariam memoria repe-
temus: quod si ad aliam opus facere, ad aliam id in-
tegrum inuiolatūq; seruare pertinere declare-
mus, textoriā, sutoriamq; in exēpla adducemus,
& ad has coriorum dissectoriam, neruorumq; su-
toriam (sic enim eam uocāt, quā fracta calciamen-
ta restituit) adijciemus: siquidem alterius esse uide-
tur artificis uestem facere, alterius eandem dilace-
ratam integrare: quemadmodum & calcem face-
re ad coriorum dissectorem spectat, fractum au-
tem emendare ad neruorum suturem. uerum in li-
bris meis de demonstratione probatum est ad de-
monstrationes scientiam gignētes inductiones ad
hiberi non oportere: quare quicumq; in illis uer-
tus fuerit, huiusmodi uiam aspernabit, & alteram C
meliozem uestigabit: qui uero in illis sese non ex-
ercuerit, alterutrā, quam uoluerit, partē tuendam
suscipiens totum diem altercandi materiā habe-
bit. Medicā nanq; arti sanitatis creationem non
seruationē custodiāq; gymnasticā uero bonum
habitum finem esse statuentibus, alia rursus diffi-
cultas non exigua ultra prædictas exoritur. coge-
tur enim putari aliquis quemadmodum sanitatis,
ita & boni habitus, artem unam seruatricem, alte-
ram opificem constituere: id si fuerit, duas alias ar-
tes necessario disquiremus, unam medicinā sani-
tatis conseruatricem, alteram gymnasticā boni
habitus custodem: cumq; duplex sit bonus habi-
tus, ut alibi ostensum est, utrius ipsorum gymna-
stica effectrix erit distinguere admodū difficile fue-
rit: nunquid naturalis, an athletici boni habitus?
nonne iam constat, duas alias nobis artes queren-
das esse: atq; ita omnes sex numero fuerint, tres fu-
nium effectrices, tresq; seruatrices. tribus enim si-
nibus positus, sanitas, bono habitu naturali, bono
habitu athletico, ad hunc numerum artes ascende-
re necesse est. uerum enim uero cum diuersis arti-
bus opus sit, eo quod boni habitus inter se & a sa-
nitate differant: ita & gemina sanitas cum sit, una
secundum habitum, altera secundū affectionē ap-
pellata, geminas & artes esse necesse fuerit: neque
enim plus sanitatem secundum habitū, minus sa-
nitatem secundū affectionem bonus habitus ex-
cellit. Huiusce rei notitiā perfectam habueris

istorum cuiusq; diligenter naturā contemplatus,
contemplaberis autem ad hūc sanē modum: agro,
tantum alicuius, eorum, quos sæpius uideris, ti-
bi in mentem ueniat, qui grauitate morbo labora-
uerit, proxime uero cōualuerit: iste emaciatus cō-
sumptusq; esto, et ad motiones imbecillus, ut alijs
ipsum ferentibus egeat: iste medellam planē am-
plius morbo iam solutus non requirit, sed resectio-
ne ipsi uiribusq; opus est, ut robustus pariter ad
naturales actiones obetundas euadat, & externas
iniurias illēsus sustineat, nihil enim dubij est, quin
ita affectus, ut modo afficitur, nunc primum ægri-
tudine liberatus æstus, frigus, uigiliā, cruditas,
aliud ue quicquam ferre nō ualeat, sed quantum-
uis leui noxa pulsatus, utpote nondum tutum fir-
mūq; salubrem statum adeptus, in ægritudinē
sit relapsurus. cū uero stabilior atq; in habitu fue-
rit, nondum tamen in bonum habitum euasit (hāc
enim particulam, bonus, accipiens, tūc bonus ha-
bitus efficietur) sed iam mēdosa affectio inutilisq;
esse desijt. non posse enim satis pro uitæ cōmodis
exerceri, ac facile quibusq; iniurijs uiolari, mē-
dosa inutilisq; affectio est: quod si neq; actiones
impediantur, neq; sit iniurijs facile corpus obno-
xium (talīs uero est secundum habitum sanitas)
non amplius mēdosa est, atq; ad humanas actio-
nes inutilis, sed illud laudabile atq; perfectū non-
dum adeptā: adeptā uero tunc fuerit, cum non so-
lum haud debilitate operabit, sed robur præterea
quoddam insigne acceperit. sanitas nanq; secun-
dum habitum inter sanitatem secundum affectio-
nem & bonum habitū actionibus mediā est: nam
sanitas in affectione debiles actiones producit, bo-
nus habitus firmiores: sanitas autē in habitu non-
dum quidem firmas, non amplius autem debiles.
atq; ita manifestum est, cum medio sit in habitu sa-
nitas, ipsam in totam uitā magis, q̄ sanitatem in
affectione, licet summam uirtutem non habeat,
conducere, solo enim bono habitu ea cōcessa est.
atq; tu secundum ordinem quandam ista cogita:
primum actionis noxam, quod in morbo sit: alte-
rum extra noxam quidem positum, sed propter
imbecillitatē inutile, quod in sanitate secundū af-
fectionem cōsistit: tertium imbecillitate liberatū,
non tamen adhuc robustum, quod sanitas in habi-
tu possidet: quartū ceu quædam actionum uirtus
bonus habitus, & summitas, ipsarūq; perfectio ex-
quisite bonus habitus est. Ars igitur ad salubrē ha-
bitum hominem perducens altera utiq; ab ipsam
conseruante fuerit, semel scilicet hoc concessio, di-
uerforū finū artes esse diuersas, & singulorum
geminam, effectricem unam, alteram conseruatricem.
ex quo patefactum est finis notione uniuersam
præsentem quæstionem comprehendī. quo
circa & quæcūq; diffinitiones a fine constituun-
tur, non exiguas ambiguitates pariunt. Itaq; me-
lius forsitan fuerit ad ipsam artis essentia transeun-
tem illam inquisitionis principij facere: quid igit
est medicina? salubrium in salubriumq; scientiam
quis esse responderit. uerū & iste nimis audacter
salubre

salubre, tanquam scilicet medicinæ partem accepisse uidebitur; unde contrariæ factionis nonnullos ægrotabiliū tantūmodo scientiā medicinam esse dicturos existimo. at isti primū ignorant contrarium omnīū unam esse scientiam, & quicūq; ægrotabilia nouerit, hunc & salubria non latere necesse esse. istud uero eorum captu maius omittatur, & secundum eorū, quæ ignorant, explicemus, quod uidelicet fortasse consequitur, intra medicinæ definitionē non necessario quæsitū includi: si quidem alicui æquiuocationem distinguenti, postea medicinam corporum sanitate fruētium, notarum indicantium, causarum facientium scientiā esse demonstrare licet, non tamē iccirco ipsam etiam conseruantia tradere atq; completi, contra atq; propositū postulet. Quam ob rem huiusmodi sophistica adducentes, neq; quod quæritur, exacte percipere uidentur, neq; quodnam salubre signum appellemus, quod scilicet ægrotantibus adueniens, futuram sanitatem portendit, neque causam, quæ corpori ægro adhibita sanitatis est procreatrix, qualia sunt uniuersa remedia, neq; qd corpus sanitatis præditum salubre uocamus: quorum omnium nulla cum proposito præterquam nominis societate iunctorum medicus notitiam habet. etenim sanorum custodia, medicus ne, an gymnasta præsideat ab initio nobis proposita quæstio fuit, quemadmodū paulo ante declarauimus. huiusce quæstionis iudicium in finis exploratione uersari dicentes: sanitas enim an simpliciter medicinæ finis sit, ipsam absentem acquirētis, an præsentem conseruantis nihil refert, neq; si acquirere quidem medicinæ sit, conseruare aut gymnasticæ. sic & de gymnastica propori in quæstionem poterit, num bonus habitus aut sanitas eius finis sit, aut horum alterutrius creatio, siue custodia. Periculum enim fuerit, ut proxima demonstraui oratio, ne, si unam transeamus, septem circa humanū corpus artes constituamus: primā & manifestissimam & penē solam controuersia carentē, eam scilicet quæ morbos expellit: duas alias, unam à sanitate secundum affectionē ad eam, quæ est in habitu, ducētē; alteram in ea conseruantē: duas item alias circa bonum habitum pariter sese habentes, effectricē unam, alterā, quæ conseruat: præter has etiam duas circa bonum habitum athleticum uersantes. simpliciter enim alterū naturalem bonum habitum appellamus: nō simpliciter autem eum, qui nō naturalis est, athleticum inquam, sed cum adiectione semper. quē admodum & Hippocrates inquit nonnunq; sic loquens, Affectus athleticus non naturalis, habitus salubris melior: inter dū uero sic, In his, qui corpora exercent, habitus ad summum boni periculosi. At de athleticis gymnasticisq; uocatis corporibus nunc te intelligere oportet, non de illis, qui quomodolibet exercētur, ut de fodientibus, remū pellentibus, metentibus, aut quippiā aliud ex naturalibus hominū officiis præstantibus: sed de illis, quibus id ipsum studium est, ut athleticis uiribus cōtra aduersarios exercen-

do sese muniāt. quare aut huiuscemodi affectio naturalis non sit, alio loco exposuimus. ex hac igitur oratione quod optime ad præsens negociū facit, id ipsum est, quod proxime diximus, circa humanum corpus septē artes futuras, quodq; altera est exquisitè bonum habitū efficiēs, altera cōseruans. quod uero gymnastici boni habitus summitatem fugere uereriq; oporteat, ab Hippocrate clarissime testatū est: sed simpliciter boni habitus, qui secundum naturā est, summū nō solum uitare non conuenit, immo totis uiribus ad ipsum niti decet. itaq; omnes circa corpus nostrum artes nouē fuerint: quarum septem quis laudare poterit: reliquas duas potius uitiosas artes appellauerit: qualis & illa est, quæ cōmorica Græce dicitur: Latini cōpti uam uocant. Has igitur, si placet, dimittentes iterum septem reliquas enumeremus, omnium primam, quam morbos pellere dicebamus, alias uero deinceps, duas circa sanitatem in habitu, duas circa bonum habitū, duas circa summe bonū habitū. iam sanē patet, si quis circa corpus artē unum habentem finem statuatur, eum ad septem usq; artes accedere necesse esse, nihilq; aliud hunc finem esse, quā sanitatem. Sed melius forsitan fuerit exquirētiorem de artibus sermonem facere, illud in primis, quod nemo ignorat, memoria repetētem, improbas artes apparens bonum unicuiq; eorū quæ sunt, artes autem uerum bonum cōpararet: ac deinceps dicentem: si uocata comptiua adulterinam pulchritudinem conciliat, hæc utiq; ars uitiosa adulatrixq; fuerit, alteraq; circa legitimā ueramq; pulchritudinem uersabitur, quæ in uegeto colore, carnis moderata copia, membrorūq; congrua coagmentatione cōsistit, quæ naturalē bonum habitum consequunt. sed de gymnastico bono habitu alibi seorsum uerba feci: nunc aut fortasse de eo dē per capita loqui melius fuerit, id sermoni principium statuētē. Siue enim secundū naturā operari unicuiq; membrorum idem, quod bene ualere, est: siue id necessario naturalem corporis apparatum consequitur, ipsumq; bene ualere nihil est aliud, q̃ secundum naturam instructum esse: istorum utrumuis sanitatem constituens, (nihil enim nostra interest) sequentem orationem ita animum aduertēs accipito, nunquid naturali cuiusq; membri apparatu, an eius opera indigemus. mihi profecto ita persuadeo, neminem membrū ignauum officioq; proprio carens habere uelle: neq; igitur cæcutientes oculos, neq; nares odorari nequeunt, neq; crura torpentia, neq; aliud quodpiā membrorum, aut nihil penitus, aut deprauate agens habere cupiat: nullo enim eorum omnium, quibus egemus, imperfecto egemus, neq; domo, neq; calceo, neq; scamno, neq; ueste, sed simul egemus, & perfectio egemus. Itaq; infirme debilitēq; ambulare non petimus, neq; obtuse cernere, uel audire, neq; aliud quicq; deficientē mancūq; expetimus. q̃s enim coloris bonitatē, carnis molem, aut absolute corporis pulchritudinem, robūruē, imperfectas discupiat: quocirca si actionem non deprauatam, sed

sed perfectam eligimus, multo minus corporis structuram, unde hæc profuit, mendosam labantemque uotis exposcentus; atque ita cum horum alterum sanitas sit, nullus proculdubio mutilam sanitatem, sed quæ fieri potest absolutissimam firmissimamque exoptauerit. Igitur si aliud quodpiam bonum habitum à perfecta sanitate quis autumet, aliam sanitati, aliam bono habitui artem præficito: sin unum atque idem utrumque est, unam & utriusque artem præsidere necesse est: at quomodo unum idemque bonus habitus atque absoluta sanitas fuerit? primum si apparatus huiusce causam, eundem & boni habitus esse crediderimus, secundo ex ipsa essentia id percipimus: bonus siquidem habitus nihil est aliud quam bene se habens habitus: habitus autem affectio stabilis est: quare cuius est habitus, eius est etiam bonus habitus. ambo uero ad aliud sunt: dicitur itaque aliquis grammaticæ habitum habere, alius arithmeticæ, geometricæ alius, alius astronomiæ, & rei cuiusque cum affectio bene adherens altiusque defixa fuerit, habitus nominatur. nihil autem in præsentia referat affectionem aut habitudinem appellare. quomobrem si & eius est bonus habitus, cuius est habitus, alicuius autem habitus est, alicuius ergo & bonus habitus erit, & eiusdem, cuius habitus, at nobis in præsentia non de geometrico, musico, aut grammatico, sed de salubri habitu sermo proponitur. cum bonum igitur habitum dicemus, non grammaticum, musicum, aut geometricum, sed salubrem habitum dicemus. Atqui statim id ipsum nonnulli negligunt, & boni habitus sanitatisque nomina idem significare arbitrantur: cum tamen sanitatis nomen, affectionis cuiusdam nomen sit, boni uero habitus nomen non affectionem simpliciter, sed quod in ea optimum permanensque est, manifestat: quandoquidem eius affectionis, quam sanitatem dicimus, optimus habitus est bonus habitus. non igitur (idem enim iterum atque iterum inculcare necesse est, cum quis multorum inueteratam ignorantiam stirpitus euellere cupiat) non inquam affectionem, non structuram, non actionem, boni habitus nomen significat, quemadmodum neque simpliciter habitus: sed habitus quidem solam ipsam permanentiam stabilitatemque affectionis ostendit, bonus uero habitus nihil ei plusquam bonitatem adijcit: igitur ex hoc nomine habitus, & ex hac adiectione bonus componitur, quam omnibus, quæ laudamus, apponere consueuimus, quæcumque probe & in summa sua integritate constituta sunt. quid igitur appetimus, aut quid nostro corpori inesse precamur? nunc quid salubrem affectionem id ipsum solum? an id ipsum idem est, ac si quæras, num infirmas ædes ac propediem ruituras expetimus? aut ultra usum, cuius causa structæ sunt, elegantissime quoque compositas, & quæ longissimo tempore duraturas? nemo profecto reperitur, qui non integre, & non longi temporis spatio sanitate frui percipiat. quin etiam nulla omnino ars est, quæ sibi id, quod deterius est, ac breuis temporis, proponat, sed quod in eadem materia est ualde optimum, atque longissimo temporis curriculo permanens. id sane omnibus actiuis

artibus propositum est. neque etiam finis plane aliud quiddam, quam propositi consecutio fuerit. atque iam ex dictis apertum est, artis circa corpus uersantis finem esse unum: propositumque unum: siue propositum hoc quicquid integritatem nominet, siue bonum habitum, siue sanitatem, siue naturalem corporis structuram, siue naturalem actionem, aut affectionem, aut structuram, per quam integre atque absolute has naturales functiones obimus, nihil in præsentia distinguere opus est. Si quidem unum mihi ostendendum proponitur, omnes uidelicet artes propositum finemque appetere, finem uero uniuscuiusque rei unum esse, qui nihil aliud sit quam secundum illam substantiam bonum. in uite igitur non aliud quidem finis est, aliud uero bonum, neque aliud, præter id, quicquid ars uitium cultum tradens speculatur. itidem & ars oleas excolere docens olearum naturam perfectionem sibi propositum statuit. uerum enim uero una quædam res est humanum corpus: & quædam quoque huiusce proculdubio perfectio est, quam & præsentem custodire, & absentem reuocare alicuius artis officium est. huius autem si alterum quandam inferiorem finem constitutam, antedictus nos excipiet sermo: erit enim hæc boni habitus, illa summe boni habitus, alia salubris habitus, & quarta insuper ars salutaris habitudinis opifex, & præter has athleticæ boni habitus effectrix quinta: quæ si alijs quidem artibus fines inducere, alijs autem eos conseruare permiserimus, non has modo uerum etiam alias totidem circa corpus artes uestigabimus, constitutamusque. Ex quo efficitur, neque multa corporis bona esse ponenda, neque aliam eiusdem opificem, aliam uero custodem artem esse statuendam: potenti sane omnia per capita contemplari non pluribus opus est: qui uero id facere nequeat, neque adhuc omnia, quibus ante male imbuta fuerat, ex memoria deleuerit, longiore, puto, oratione indiget, illa sane consutanda sunt, quæ non unum sit corporis bonum, sed omnia hæc, sanitas, robur, & pulchritudo, quodque ars una id procreare possit, altera conseruare, & quæcumque alia ab his oriëntia non nulli perperam decreuerunt: atque in primis unum esse corporis bonum primarie & proprie dictum, ad quod reliqua omnia referuntur, explicare melius est. alia namque corporis bona uocata, nonnulla ut partes illius dicuntur, alia ut causæ, alia uero ut fructus quidam. quemadmodum enim pulchritudinem iucundus color, congrua caro, membrorum comoderatio, & alia quædam integrant, quidni & corporis bonum ex sanitate, robore, & pulchritudine absoluitur? ite quid prohibet ipsius corporis bonum esse sanitatem, sed ueluti fructum quandam eius pulchritudinem & actionem? quid obstat præterea primum corporis bonum actionem esse, eius uero causam sanitatem? neque per alia exquisitè sanescet corpus, per alia robustum aut pulchrum euadet. statim uero id etiam exacte salubre est. Quare & ex hoc una circa corpus ars esse concluditur: eadem enim facientes simul & robusti ad agendum erimus, & uisui pulchriores, & salubriores, meliorisque habitus

bitus efficiemur: quæadmodum contra, siquæ in A
corpus noxa incidit, & actionum firmitas labas-
cit, & pulchritudo marcescit, et bonus habitus ui-
tiatur, sanitasq; ipsa uiolatur: hæc enim omnia me-
rito simul augentur, simulq; decrescunt: naturalis
etenim actio naturali corporis eget apparatu, à
quo ratione causæ erga ipsam habente producit:
quocirca illud in primis fieri nō potest, ut istorū al-
terū ad sit alterū uero absit. ambo præterea simul
augent atq; decrescunt, cumq; in melius proficiūt;
hic bonus habitus, illa robur appellat, eadē nanq;
ratione robur actioni, qua bonus habitus sanitati
cōparatur. utriusq; enim ab utroq; producit, si-
cutq; alicuius bonus habitus est, ita & robur natu-
ralis nanque siue apparatus siue affectionis uirtus
quædam est bonus habitus, actionis uero natura-
lis uirtus robur est, idem aut est uirtus; perfectio,
& cuiusq; rei bonū, quod illius primū atq; simpli-
citer bonū nominat. ambo sanē et propter eadem
deteriores melioresq; redduntur: bonus nanq; ha-
bitus salubris, ut antedictum est, affectio nomina-
tur, si quis item debiliter operetur, roboris infir-
mitas imbecillitasq; dicitur. pulchritudo præterea
priora, posteriora deformitas, necessario comitat:
Hæc planē omnia simul crescūt, simulq; decedūt, &
proficiunt simul omnia, simulq; delent, quodq; isto-
rū unū, quicqd fuerit, statim & reliqua omnia ledit:
cōtrā qd iuuat, pariter & omnia iuuat, atqui ex
dictis iam unam circa hæc omnia artē necessario
uersari elucescit: quod istorū aut princeps simplici-
terq; corporis bonū sit, nihil in presentia attinet di-
cere. Sed ne id quoq; sermoni deficiat, subiungā:
corporis bonum absolutissimū atq; primariū, quo
egemus potissimū, actionū perfectio est, quod sa-
ne uim roburq; defectiue enunciantes nominant:
siquidem eos oportebat non uim simpliciter, sed
actionū uim, neq; robur simpliciter, sed actionum
robur nuncupare. deinceps uero post hoc nō sim-
pliciter, neq; per se corporis bonū: sed quoniā in
primis & per se huiusmodi bono ad sui creationē
actionum robur indiget, sanitatis est bonus habi-
tus, quem & ipsum iterū curte nominātes cauilla-
tionibus ansam præbuere: sanitatis enim bonū ha-
bitū cū dicere debebant, nō ita, sed absolute bonū
habitū uocant. hūc necessario pulchritudo sequit
aliud quoddā ab illis & tertiū corporis bonū. qua
re corporis bona æque ac animæ neq; unius gene-
ris sunt, neq; similiter omnia dicunt, sed unū quidē
ut primū atq; per se, alterum tanq; illius causa, ter-
tium uero ut necessario consequens. igitur cuius
horū trium ars corpus gubernans primariū opi-
fex est: num sanitatis, an actionis, an pulchritudi-
nis? supra enim iam patuit, etiam si istorū unū tan-
tum, quodcunq; malis, profueris, necessario cun-
ctis tribus profueris. exempli causa si actionem iu-
uabis, & sanitatē & pulchritudinē necessario iu-
uabis, quādoquidē ea sine causa ipsam producen-
te consistere nequit, pulchritudo uero necessario
subsequit. item si sanitati proderis, illico & actiōi
& pulchritudini proderis: etenim utraq; ab ea pro-

Galen.

fluit. qui uero pulchritudinē creat, iste proculdu-
bio & sanitatē ante creauerat, si eam, itidē & actio-
nem. Verum quod primum ab artifice fiat, sermo
noster uestigare cupiebat: atqui iam ex supra posi-
tis manifeste ars sanitatē efficere uidetur, hanc na-
turalis pulchritudo actioq; sequatur necesse est.
quod enim primū artifex cum fecerit, acquiescit,
id eius planē finis est: at naturali affectiōe, per quā
agimus, restituta conqueiscit, ea uero sanitas erat,
quam cum induxit, nihil ultra circa actionē pul-
chritudinem uel laborat. accedunt enim hæc uel in-
uito artificis, ipsisq; aditū intercludere, cum semel
sanitatē creauerit, prorsus nequit: ipsam planē sa-
nitatem impedire in ipso artifice positum est. qd si
ipsam corruperit, naturales actiones, aut pulchri-
tudinē corpori adipisci nullo unq; pacto ualebit.
Artem itaq; corpus tuentem, qualiscunq; sit, cir-
ca sanitatem omnium primam atq; per se negotia-
ri asserendum est, deinceps accidit, ut de actione
pulchritudinēq; curam habeat. neq; uero propte-
rea hæc ignobiles imperfecteq; sunt, sed perfectæ cū
mulatæ atq; summatæ. Quomodo igitur plura sint
corporis bona, quomodo unū, quodq; nō omniū
æque ars corporis curam habeat, sed unius per se,
ex accidenti aliorū, abunde disertum est. At mo-
do superest discutiendum, quare in nullā materia
ars una finis effectrix, altera conseruatricis reperia-
tur: statimq; ab initio neq; illorum exemplum, qui
in hac fuere sententia, neq; rerū præterea ipsarum
naturam ipsis fauere declarabo. si alterius enim ar-
tis est calceum conficere, alterius labefactatum re-
sarcire, nondum tertiam hic artem cōseruatricem
nobis ostenderunt: pariter & in uestibus, si alteri-
us quidem artis est, eas resarcire, alterius aut con-
ficere, quætiā & in his tertia sit ars conseruatricis,
explicare nō poterunt. in nostris profecto corpo-
ribus uniuersimq; in his, quæ à natura reguntur,
effectrix utique natura est textoriæ coriarūq; pro-
portione respondens. uitiosum aut corpus instau-
rant agricola & medicus, qui & ipsi uestes sarcieri-
ti & ueteres calceos instauranti similes sunt, uestē
autem calceum uel in conclauī reponendo custo-
dire, ne aut à quopiam surripiatur, aut à muribus
erodatur, id neq; ullius forsitan artis sed solius est
diligentiæ. qd si horum conseruatricem artem esse
quidam uelint, tales apud homines artes sunt im-
peratoria, reiūq; pub. gubernatoria, & præter has,
si placet, ostiariorum, cæterorumq; custodum. ut
enim ne inter hostes, aut prorsus ne inter scelera-
tos homines ferasq; bestias uersaremur, ædes ciui-
tatesq; construximus, & muros circumdedimus,
imperatores ac principes creauimus. sed non ista-
rum similem sanitatis conseruatricem artem con-
quisuimus: sed eam, quæ (ut puto) in humanū cor-
pus aliquid agens nō ex accidenti, sed per se inco-
lume ipsum ualensq; constituat. at proxime dictæ
singulæ non ipsæ per se sanitatē custodiunt, sed eò
quia hominī non iugulato, neq; à fera discerpto sa-
nitatem seruari, quemadmodum & uitam, conti-
git: quocirca ex quodam antecedenti, nō primo

Tom. 2

q neq;

neq; ex sua ipsius ratione harum utraq; artium san-
 nitatem conseruat. Igitur sanitatē praeipue ex sui
 ratione conseruans quibus continebitur: ut mea
 quidem fert sententia neq; illis, quae non necessa-
 rio corporibus nostris adhærēt, neq; illis, quae nul-
 lam in partem necessario corpora nostra permu-
 tant: Sed illis, quibus, uelimus nolimus, corpus no-
 strum utitur: & eorum illis, quae iuuare aut offe-
 re ualeant: in ijs inquam & circa hæc tuendæ sani-
 tatis artē uersari arbitramur. in gladios enim, aut
 feras, aut laqueos, aut rupes non necessario corpo-
 ra nostra incurrūt: sed in ambiente aere duplici ra-
 tione uersantur, & quoniā corpori undiq; circum-
 fusus est, & quoniā per anhelitū ducitur. somnus
 uero atq; uigilia, quies item & motio in horū nu-
 mero ponitur. necesse nanq; est, aut dormire, aut
 uigilare, quiescere, aut motu exerceri. perinde esu-
 rimus & cibum capimus, sitimus ac bibimus, aut
 inter hæc medij agimus. cubilium autē discrimina-
 ac uestimentorum nō omnia necessaria sunt. ebur-
 neis nanq; pedibus lectulus aut grabatus ignobi-
 lis nihil sanitati prodest aut officit, neq; uiliū aut
 sumptuosarum uestiū usus: nō uitrea uasa, aut au-
 rea, aut argentea, aut lignea possidere, non formo-
 rum seruorū aut deformiū turbæ dominari, aut
 seruis planē carentē ipsum sibi ipsi ministrare. ista
 me hercule prodesse nobis uel obesse ipsorum ra-
 tione atq; primario, aut ex accidētī neuti quā apta
 sunt. at calidus aer aut frigidus, esca & potus, re-
 quies & motio, uigilia somniq; suis ipsorum uiri-
 bus necessario corporibus nostris utilitatē aut no-
 xam afferūt. uestimentū quidem lacerū hyeme ac-
 leue, graue aut aestuosumq; æstate lædit quidem,
 sed non ex necessitate, ex accidētī uero frigus &
 calore diuexat. Hæc itaq; quaecunq; per se legē-
 di iuuandiq; potestatem habēt, sanitatis custos spe-
 culatur. at quomodo, quā uer ratione? posteaq; sa-
 tis abunde corpus inanitū est, sensilisq; nocumen-
 ti discrimen impendet, alimentum sumere iubens,
 postq; ultra modū exaruit, atq; hinc iam noxæ pe-
 riculum instat, potū accipere præcipiens. item &
 corpus exercens, cum nostri moderatricē faculta-
 tem robustā præstare, excrementaq; angustis mea-
 tibus intrusa eruere uoluerit. quietem uero impe-
 rans, cum exercitatione corpus lassari, aut supra,
 quā cōueniat, digerī senserit. aluū præterea du-
 cens, cum suppressa est; nimis aut citatā cohibens.
 aliaq; in hunc modum omnia agens. & in summa
 id ante oculos habens, ut in corpore exactē sano.
 ac ualido nihil nouare audeat: cum uero aliquātū-
 lum moderationē trāsierit, cōtinuo, qd̄ deficit, pri-
 us q̄ latius malū serpat, resarciat, p̄inde ac si sub-
 tegminis fila ex aliqua ueste non simul om̄ia, sed
 singulo die singula excidētia, qui huic rei præest
 assidens illico reponat, adeo ut huiusmodi corre-
 ctio atq; emendatio multorū notitiā præ exiguita-
 te subterfugiat. talem medius fidius & beneuolen-
 tis præfectū artificem esse opus est minime cu-
 iusq; differentiae ac noxæ obseruatorē iuxta atq;
 emendatorē. Verū si ex toto integrū illesumq; cor-

pus duraret, taleq; quale ipsum ab initio creator
 fabricatus reliquit, nequaquā correctore eguisset.
 at nunc cum diffluat semper, atq; dispareat, aliquo
 præsentē obseruatore indiget, qui & quod disipa-
 tur, quantū qualeq; sit, cogniturus est, illicoq; tale
 ac tantū uicissim reponēs instaurabit. insitū humi-
 dum dilabitur, tantundē humoris, potū exhibēs,
 irrigato, calidum digeritur, tantundē caloris addi-
 to, aridū consumit, iam alendi instat occasio: ut se-
 mel dicā, quod discutiū atq; euanesceat, ingeri pau-
 latim atq; reponi, anteq; in multorū notitiā ueni-
 at, opus est. Igitur quæadmodum si duo sint dolia
 multis in locis foraminibus terebrata ambo eque
 ab initio plena, pariterq; per illa spiramina hac atq;
 illac perfluentia, horūq; unū quidā semper assidens
 tantum uicissim ingerat, quantū elabiū: alterū ue-
 ro, anteq; ualde inanitū esset, nemo custodiāt, po-
 steā quispiā repente superueniens semel totū im-
 pleat: clarissime cōstat doliōrū istorum primū, ne-
 que inaniri, neq; repleri, alterū uero ambo hæc pa-
 ti à multis inspectantibus testatū iri. ita quoq; in sa-
 nis ægrotisq; corporibus res habet. utrunq; enim
 uitium ars una modo uno emendat, quod deficit
 scilicet instaurans, in quanto uero non in quali e-
 mendationis differentia uersat. Atqui secundum
 quantū in his, quæ fiunt, differentia ad unā artem
 pertinet, q̄ si alterius artis esse debeat, prorsus qua-
 litate differat, oportet: q̄ si propterea geminū esse
 correctionis modū arbitraris, q̄ ab uno doliō mul-
 tum prius effluxerit, q̄ artifex custos accesserit, al-
 terum custodē semper astantē, quæ sua bona for-
 tuna fuit, nactū plenū conseruatur: haud recte sen-
 tis. neq; enim alia ars unū subtegminis filiū, quod
 exciderit, reponit, alia, tria aut quatuor aut quin-
 genta: neq; alia ars parietis particulā ruentē sulcit
 cōmunitq; alia magnā eius partē collapsam resti-
 tuit. Subtegmē stamini intertextū uestē facit. num
 igitur præter hæc uestis pati, aut præter hæc emen-
 dari potest? opus planē est, siquid uestis damni fa-
 cere debeat, aut stamē, aut subtegmē, aut utrunq;
 pati, unamq; esse emendandi uiam, quæ subtegmē
 semper stamini implicet, quo eius ab initio cōpo-
 sitionem imitetur. Sed singulares actiones multis
 imponunt, uniuersale contēplari nequeūtibus. id
 enim rationalis methodi munus est, quā neq; didi-
 cerunt neq; pertractarunt isti, qui quotidie de pro-
 positis blactantes disputare audent. satis em̄, si
 quidem eam nouissent, ipsis forer, discipulos do-
 cere, nō infinita proposita, sed unū discutere. nam
 qui eam rite percepit, nō amplius infinitis eget, si
 bi ipsi omnia recte diuidere ualens. at eam metho-
 dū ignorās, præterq; q̄ ea infinita perperamne di-
 cta sint, haud dignoscit, per multorū adhuc propo-
 sitorum, quæ nō audiuit, inops est. uerū hæc stri-
 ctim obiterq; aduersus eos dicta sint, qui quotidie
 in proposita discipulis audientibus edisserūt, neq;
 ipsi, quid dicāt intelligētes, quousq; imperiti in ex-
 ercitatiq; in hac iudicatoria methodo fuerint. nā
 hoc loco quo inter se artes distinguēde sunt, sin-
 gularibus ne actionibus an uniuersalibus: an non
 ita

ita, sed propositis finibusq; aut neq; his, sed materijs, instrumentis, principijs, & contemplatione quæ minime considerantes de his nugantur, quæ penitus ignorant. Igitur & nos forsan melius fuerit, postq; semel id certamen conficere polliciti sumus, quam breuissime poterimus antedicta repetere iterum à singularibus actionibus incipientes. Est igitur quedam singularis actio, qua utentes oculorum palpebras consueimus, altera uero huius minime assimilis, per quã suffusiones detrahimus, aliæ quoq; tertiã & quarta, neque inter se ulla ex parte, neq; harum similes sunt, per quas cõfractũ os de capite excindimus, sed in aliã corporis parte utpote humero atq; cubito in aduersum tendentes atq; confirmantes deligamus; ab omnibus uero alijs actionibus longo intervallo ea dissentit, quæ circa herniã fit, manuaria operatio: à qua illa, quæ circa uarices: ab omnibusq; simul antedictis uelicæ calculi extractio, atq; horũ multa scalpello absoluiamus: at oculum sublinire, articulũ in proprium situm reponere, cataplasma alicui membro superdare, fistula quam cathetera Græci uocant, rite uti, cucurbitulã affigere, sine scalpello quidẽ omnia præstantur, sed inter se longissime & à proxime dictis euariant: quemadmodũ & uenam soluere, & arteriam secare, cutẽ scarificare, & hydropicos perforare inter se & à modo positis distant. atq; hæc quidem ac præter has aliæ infinite manuaria actiones per se fiunt: medicamentis autem utentium porro alterum genus est, & ab seipso, & ab enarratis discrepans. si quidem ueratri potio, ciborumq; esus nulla societate participant: neq; inedia clysterijq; usus, neq; frictio & lauatio: ab his uero longius distant ulcus eluere ac purgare, & medicamentum liquidum, item & aridũ imponere: gestari præterea, deambulare, luctari, scamoniũ, aut mulsam bibere. quorum omnium neutiq; similis est pulsatus arteriarum caloriscq; dignotio, quamuis extremis manibus agamus: quemadmodum (ut reor) & humorum abscedentibus sedibus contentorum perceptio, aut tumorũ hydropicorum, aut gangliorum, aut atheromatum, aut meliceridum, aut steatomatum (ut Græcorum nominibus utamur, quando Latina deficiunt) neq; enim eodem digitorum iniectione, aut eadem motione & tractione & pressione, sed nonnunq; longe differente in modo enumeratis utimur. Quamobrem periculum est ne totũ diem absumamus nihil aliud q; actionum differentias recensentes, adeo ipsa rum numerosa multitudo est. Verum ex his abunde quis nouerit, quanta illi erroris nebula caligẽt, qui per singulas actiones artes esse distinguendas arbitrentur. nullus igitur adeo fatuus, adeoq; attentus est, qui à medicina modo propositas actiões diducat, & aliã quampiam artẽ singulis ipsis præficiat aut herniæ dissectoriã (ut nunc quidam nominant) aut calculi detractoriã, aut perforatoriã (quam paracenteticen uocant) Et si enim q; maxime hunc herniæ dissectorem, illum perforatorem, alium calculi detractorem nuncupent, omnes ta-

Galen.

men istos cõmuni nomine medicos appellat, perinde ut eos, puto, qui à quibsdã mēbris, quorũ præcipue curã gerunt, uocant: hos namq; oculos, auriculares, dentarios (ita dicere liceat) medicos nominat: nonnullis à materia nomina indiderũt cibarios, & medicamentarios, aut per Iouem, etiam herbarios uocantes: quidam præterea & nonnullos medicos uinidatores, & ueratridentes appellarunt, q; eos crebro talibus remedijs utentes conspexerunt, omnibus enim (ut reor) hominibus rationalis disciplinæ principia naturaliter insita sunt: cognoscuntq; hi quidem magis, illi uero minus, quid idem sit in actionibus, quid diuersum. id namque, cuius causa fiunt, idem est, sanitas uidelicet apud omnes cõmunis intentio. modus autem non omnium unus, sed in numerũ ingentem excrescit. Verum enim uero si quispiã (ut facit Plato uniuscuiusq; modũ & in uniuersum propositũ unũ esse in arte statuẽs, deinde in species differentiasq; ipsã diducẽs, rursus illas partes singulas artẽ appellas) perinde & ipse aliquã cibariã & medicamentariã & manuariã uelit artem appellare: nihil sanẽ fuerit, quod ipsi uitio uertam. Ita etiam si modo propositas singulas partiens, ut dictũ in ea, quæ assumuntur, euacuantur, & bibuntur, & exterius incidunt, istorum singulis propriam quandam artem præficiat, neq; istum accusauerim: iterum si hæc quoq; eadẽ multiformiter, usq; ad particularia partiatur, minime ipsum impediam, quin in his, quæ assumuntur, aliam medicamentorũ artem esse dicat, aliam ciborum, aliam potionũ: quin etiam per singula istorũ huius illiusq; cibi, huius illiusq; potus, atq; huius illiusq; medicamenti propriam esse artem dicere concessero: uerum si has inter se artes quæadmodum arithmeticã, exempli causa, ab oratoria, aut hanc ab ædificatoria & fabrilis differre autumet, non amplius illud concessero, cũ istæ nullum cõmune propositũ habeant, paulo supra uero enumeratis unum cõmune propositum sanitas scilicet. quemadmodum igitur in oratoria, quæ una est ars, aliam quidẽ exordij, narratiõis aliam, argumentationũ perorationumq; aliã esse artem dixerõ, si mihi solum id unũ unius esse artis ea siue species dixeris, siue partes cõcessum fuerit: ad eundem arbitror modum, & in medicina res habet. aliam enim artem manuariã dixerõ, aliam cibariã, aliã medicamentariã: unum id modo mihi seruetur, harum omniũ unum esse propositum. propter quod unius esse artis particulæ cogunt: res enim dissimillimas id iungere, atq; cõnectere, cogereq; ut in unã omnes artem cõspirent, manifeste uidet. excindit aliquis, aut abijcit putrescentem particulã, alius aut reficit, carnẽq; in cauo uulnere procreat: cõtrariæ quidẽ res, totaq; (ut aiunt) diametro distare uidebunt, actiones em longe differunt, ipsarumq; effectus contrarij sunt: ille enim eorum, quæ sunt, aliquid perdit, iste uero nouã aliã quam substantiã gignit: sed neutri id ipsum per se proponitur, aut illi quicq; destruere, aut huic generare: quæadmodũ neq; urere aliqd, neq; secare,

Tom. 2

q. 2. neq;

neq; aliud quicq; ipsum propter se facere quispiā aggreditur, sed tanq; sine hoc sanitate assequi non ualens, ad quam omnes diuersis tamen itineribus ingredientibus properant, ob cōmune utiq; propositum omnes medici uocati, sed propter actionis, aut materiæ, aut membri differentiam, hic manuarius, iste medicamentarius, ille oculus appellatur: manuarius ab actione, medicamentarius à materia, oculus à mēbro: cum em̄ que curant, mēbra, nō parū inuicē differāt, curatoresq; ipsi actiōibus, ac materijs diuersis utant, idē nonnulli ab actiōibus alijs à mēbris, à materijs alijs cognominantur, ocularij, manuarij, ac medicamentarij, uniuersimq; omnes à fine medici. Supra em̄ explicatum est omnes artes in subiectæ substantiæ bono uersari, eiq; operā dare: quare in singulis artibus unū quoddam primū bonum reperit, ceterum q; quispīam palpebras, exempli causa, bene suens perperam medicamenta propinet, alius medicamentis optime utens rationē uictus non rite præcipiat, in hoc alius egregie uersatus manus nō bene exerceat, si diuersas propterea ac penitus separatas artes opinemur, statim sanē nō tres modo, uerū etiam trecentas sic artes statuemus. iste nanq; fistula perite utitur, ille clysterio, alius uenā secare est idoneus, arteriā alius: deinde cum aliquis hæc omnia insigniter administrās inuentus fuerit, rursum omnes illæ artes in unam coibunt. atqui utrunq; uitiolum est, aut propter artificū incitiā artē unam in multas discernere, aut propter eorundē excellentiam multas in unam coniungere. prior nanq; sermo neq; orandi, neq; numerorū, neq; terrę metiendæ, neq; canendi, neq; aliam quāpiam illustrē artem unam esse concedet, quas multi tractantes propter earū magnitudinē totas cōplecti nequiuerunt, secundus aut artes interdū nullius cognitionis participes in unam accruabit. nam si idem homo arithmeticus simul grammaticus atq; philosophus fuerit, poterit quispiā unius artis has omnes esse particulas existimare. Itaq; ne agentū multitudinem, sed propositis consideratis artes distinguamus, neq; in singulas actiones, sed in uniuersas inspiciamus. cōmune enim quiddā in singulis cuiusq; artis actionibus inuenies, per quod q;uis longo interuallo distare uideant, nihilominus tamen eas unius esse artis particulas nihil impedit. uestes igitur texere nihil aliud est, q; subtegmen stamini implicare: num igitur istud aliud est q; suere? nequitia, uerum & in suēdo subtegmina staminibus intextunt: nam si & ab initio statim quispiā sine textorio opere aliter subtegmina staminibus innectere uoluisset, aut eo modo, quo nunc lacera indumenta sarciant, aut quo cistas, aut sportulas, aut retia fabricantur, nihilo secius uestimentū, sed multo longiori tempore cōfecisset: finē itaq; non simpliciter coniectantes, sed celerius ad ipsum peruenire studentes hanc per telas conficientē artem excogitarunt non uniuersim, sed ex parte à supra positis differentē. idē & in medicinali arte contingit: innumera sanē (ut ita dixerim) singularia sunt,

A sed generale quoddā opus omnibus cōmune est, nam & corpori aliquid ut superuacū detrahens, aut aliquid, quod deficiat, adiciens, unū uterq; in uniuersum præstat, corpori scilicet naturalem modum cōparans, qui nihil aliud est, q; sanitas, perinde uero & calfaciens & refrigerās, & siccās ac mafaciens. Quēadmodū enim si ab initio nos cōfestim animal creare potuissēmus, nō alia quāpiā ratione eius primā formationē instituissēmus, alia uero emendationē adhiberemus: haud secus, postea q; neutrum horū nos primi efficiamus, sed natura est primaria animalis opifex, iterumq; egroto sanitatem cōparat, nō alia profecto ratione cōtuit, alia in præsentia in lucem edito alimentū suppeditat, quinetiam similiter nunc operat, alit, digerit, excernit, omniaq; (ut semel dicā) in præsentia (ut prius) eadem ratione ministrat. Medicum aut naturæ esse ministrū, primariāq; esse naturæ artem, ac rite celebre esse dictū illud, Natura in omnibus auxiliatur, naturā morbos iudicare, naturas morborū esse medicatrices, à priscis sapientibus abunde tradita quid ego iterū superuacue repetā? quod enim in præsentia utile est, in memoriā reuoco, nō unius artis esse opus facere, alterius uitiatū corrigere, sed eiusdem. q; si non eiusdem, at supra medicinam ostendimus nō artis uestes facientis emulam quicq;, quod prius nō esset, procreare, sed artis laceras tritasq; uestes sarcientis assimilē. explicauimus item cōseruationē esse duplicē: alterūq; ipsius genus, sub quo & præsens de tuenda sanitate tractatio reponit, parum labefactata corrigere: idq; multos subterfugit, tanq; sita curatio differens genus. Cæterū idipsum alicui finem esse putare, domum extruere, aut uestem, aut uas, aut sanitatem facere, hominis est nō potentis actionem fini præuiam ab ipso fine distinguere, quandoquidem non domū extruere ipsius ædificatoriæ finis est, sed domus. quēadmodum neq; uestem texere, aut nauem coagmentare, aut grabatū aliorum uel unūquodq; fabricari, sed ipsum opus, quod quiescentibus iam à labore artificibus, adhuc permaneat, atq; ita effectiue artes ab actiuis tantū distant: actiue nanq; cum ab agendo desierint, finis quoq; unā desijt, nihil itaq; in saltatoria præter ipsam actionē ostendere possumus, ut in fabrilī grabatum, in ædificatoria domū, in medicina sanitatem. non igit ædificatio, quemadmodum saltatoriæ saltatio, ædificatoriæ finis est, sed domus res ab actione diuersa: itidem textoriæ neq; textura, neq; texere, neq; uestis cōfectio, aut generatio, sed uestis: par ratione neq; productio, neq; generatio, neq; correctio sanitatis medicinæ finis est, uerum hæc omnia actio quædā artis cōmunis est, quemadmodum particulares erant secare, urere, articulos & extrema, quæ Græci cola uocant, in aduersum trahere, effingere, deligare, et supra has etiā, atq; cōmuniōres manu operari, medicamentū uti, & rationem uictus præcipere, uerum sanitas ipsa finis est, quem iam quiescente artifice demonstrare ualeamus, quare neq; sanitatem custodire, aut uitiatam

uitiatam emendare, aut prorsus amissam recupera-
re finis est; sed omnia hæc actiones sunt, finis aut
est sanitas. at cōmunem generalēq; supra omnes
hæc particulares actionem alius sanē alio appel-
lat nomine, omnes tamen unum idemq; sed alio
modo significant, & qui sanare dicit, & qui sanita-
tem facere, & qui sanitatis effectiōe, & qui sana-
tionem: hi quoq; idem, quod p̄xime positi, dicūt,
& medicationem morborū dicentes, aut curatio-
nem, aut ægrorū medelam, aut mediū fidiū me-
deri, aut morbos extirpare, aut sanitatem morbo
pulsio inducere; item omnia, quæ conueniant, face-
re, dicentes, & qui morbosas causas se expellere
aiunt: nemo enim istorū finem, sed quæ finem præ-
cedit, actionē dicit, perinde atq; si circa corpus ars
quædam actiua saltatorię hystronicęq; similis uer-
saretur. Verum enim uero posteaq; multis rationi-
bus artes nō ex particularibus actionibus esse iu-
dicandas assertum est, sed in uniuersales ac proxi-
me ad finem esse recurrēdum, deindeq; illarū ipsa-
rum fines distinguere esse tentandum, in sequenti
disputatione ea est difficultas excutiēda, nunquid
de ipsarū materijs eadem sit ratio habenda. Itaque
materia una pluribus artibus subiici, unaq; ars per
multis uti materijs uidetur: quando quidē lignum
nauium artifici, & carpentario, & machinarū stru-
ctori, & ædes fabricati, infinitisq; alijs materia est:
creta quoq; multarū est artium materia, & lapides,
aliaq; uniuersa. at medicæ artis, una cum sit, infini-
tæ materiæ sunt, & corpus ipsum sanitatem accipi-
ens, & cibi ac potus, & medicamēta omnia, & uo-
cata diētemata. hæc igitur medicorū materiæ: cor-
pus aut tanq; id ex quo finis, aut in quo, cōstat igitur
non ex materijs artes esse iudicandas: neq; em̄
si quispiam alias cōmunes materias, utq; aliquis
dixerit, per accidens, alias uero proprias atq; pro-
pinquas singulæ arti subiiciens, quatenus corpus
nostrum naturale est, physicæ scientiæ subiectum
esse dicat, quatenus sanitatis capax, medicinæ,
quatenus euecticum, id est bono habitu præditum
exercitatoriæ, propterea alio quopiam, q̄ fine ar-
tes distinguit. nam corpus aliquod salubre dicere
eius, qui iam finem cognoscat, officium est. Neq;
etiam si quis præceptis artes disungat, aliunde, q̄
à fine potestate sumit initium: propria nanq; cuiusq;
artis præcepta finis cōstituit atq; diiudicat. igitur
hæc artis propria sunt, quæ dignoscens aliquis ad
finem assequēdum proficit, siquidem grāmaticæ,
musicæ, fabrilis, & aliarū cuiusq; artium quæcūq;
præcepta aut finē ipsum modo, aut ipsum melius,
celerius uel præbere ualent, hæc artis propria sunt.
Itaq; omni ex parte ad finem properare ab eoq; ar-
tes iudicare præcipit ratio: propter hunc enim &
cōmunibus, & proprijs præceptis atq; principijs
differunt: nam hæc & secundum artium fines eua-
riant, quandoquidem sanitas finis est: hæc uero in
calidis, frigidis, humidis, siccisq; consistit. in istis
planē & materiæ & contemplationis circa huius
cognitiōe principium uersatur: sed dissimili ratiōe
medicus philosophusq; id tractat, quod ipsum à

Galen.

scientiarum sine cognitum est atq; distinctum. ne-
que ab ea semper finē oratio inuenit omnium, quæ
in artibus continent, regulā atq; iudicem. nam cu-
iusq; artis cōstitutio inde sumit initium. Quis enim
medicinam constituere properasset, nisi sanitatis
bonum optauisset? aut ædificationē, nisi domum
expetiuiisset? aut textoriam, nisi ueste prius egui-
isset? quin & ars reliquas omnes cōstituens hinc
& ipsa accepit initium. alibi uero à nobis ostensum
est, quo quispiam modo proposito fine suā ipsius
artem artificiose cōperiat. eumq; qui presentem li-
brum exacte intelligere cupiat, in illo prius uersa-
tum esse necesse est: ita enim euidenter cognoue-
rit, sub unam eandemq; contemplationē utranq;
partē incidere, salubrē uidelicet, atq; curatricem.
uerum si ego, quæ in alijs uoluminibus à me latissi-
sime explicata sunt, in hunc omnia librum cōfer-
re uelim, Menemachi Menodoti q; libros me pro-
lixitate superaturū ignorarem. Cæterum artē cir-
ca corporis bonum uersantem prorsus unā esse
ex antedictis (ut arbitror) satis declaratum est, atq;
ex dicendis in posterū nihilo secius declarabitur,
non tamen quo ipsam nomine appellare oportet:
at, adhuc manifestū est. neq; enim forsan medicati-
ua, neq; exercitatoria, sed aliud quippiā appellan-
da est, forsan aut & in totū ars ista, quæadmodū &
pleræq; aliæ, nomine caret, sed hoc paulo posteri-
us speculabimur. Itaq; unum esse humani corpo-
ris bonum, quicquid illud sit, sicut aliarū etiam o-
mnium substantiarū, esse uero & de ipso artem u-
nam, siquid unq; aliud, & id quoq; uerum esse cō-
firmo, necnō & eandem utriq; methodū inesse. u-
na igitur circa humani corporis bonū arte uersan-
te in presentia omnes eius particulas speculemur:
nam sic & cius, quæ salubris uocatur, quæ sit po-
testas, prorsus dignoscemus, ut in hac etiam parte
methodo aliqua utentes sectionem faciamus, ge-
nus artis corpus nostrum tractantis contemplan-
tes. Verum non in sola ipsa cōtemplatione finem
eius situm esse, sicut arithmeticæ, astronomiæ, ac
physicæ, sed quiddā etiā & circa corpus ipsam fa-
cere, neminem præterit, q̄ neq; uero in ipsa actiōe
desinat, quemadmodū saltatoria, postq; agere de-
sist, nihil ostendere ualens, & id quoq; omnibus
constare arbitror. Igitur in cōfesso est eā inter esse
actiuas aut acquisitiuas esse collocandā, postq; ne-
que inter actiuas neq; inter cōtemplatiuas inueni-
ta est: sed neq; inter acquisitiuas numerat, qualis
est ars illa, quæ retibus & hamo pisces captat, utq;
in uniuersum dicā, qualis est uenatoria: aliquid e-
nim eorum quæ sunt, istę capiunt, ac possident: ni-
hil autem, quod prius non esset, ipse faciunt. inter
reliquis igitur effectrices humani corporis ars re-
ponitur. istarum uero duplex officium est: aut em̄
aliquod integrū, quod prius non erat, efficiūt, aut
ex parte uitiatum corrigunt, at quæ nunc quæri-
tur, ars totum hominis corpus moliri nequit, sed
per partes instaurare potest, perinde ut uestiars
sarcatoria, neq; ad eundem, ut hæc, penitus modū,
natura nanq; & corpus fabricatur. & ipsum imbe-

Tom. 2

q 3

cill.

cillū cōfirmat, ut ars uestiaria: ipsius uero nature ministra est ars, quæ in præsentiā uestigatur. cōcedatur igitur, ut procedat oratio, nos ipsam correctiuam appellare. sed aut multum subito corrigit, aut pauxillū: quæ eius pars multū semel corrigit, medicatiua curatiuaq; nuncupetur: quæ uero pauxillum, conseruatiua, eius ipsius quoq; quæ multum semel instaurat, permagna est differentia: omnis enim quantitas in multitudinem innumerabilem secari potest, at quia de ipsis dicere non est nobis in præsentiā propositum, hæc sanè pars dimittatur, illa uero, quæ pauxillum emendat, diuidat. At hæc quoq; in singulis differentijs tripartito distincti uideat. aut enim exacte perfectæq; ualentē accipiens in hoc ipsum gradu cōseruat, hanc aut partē euecticen, id est, boni habitus seruatrice uocant. alteram eorū, qui iam morbu euaserunt, refectionem, quam sanè & nonnulli recentiorū medicorum analepticen, hoc est instauratrice appellant. inter utranq; pars ea collocat, quæ ab ipsis proprie salubris nominatur. cōmuni enim uocabulo & cōseruatiua simul & salubris dicitur. tres igitur hæ partes conseruatiuæ modo enumeratæ analeptice, salubris, & euectice, sunt quidem omnes ab ea medicinæ parte, quæ exigua uitia tollit, inter se aut ratione maioris minorisq; dissentiant. magis enim parua castigat euectice, minus uero salubris, hac adhuc minus analeptice. quidā uero & quartam his partem adiecerūt, quæ ab his proprie prophylactice, id est præseruatiua uocata fuit, facultatē ei oppositam habentē, quæ a morbo proxime liberos recreat. Hæc aut ambas ancipitis quodammodo esse naturæ inter contrarias totius artis partes nemo ambigit, dico aut inter eam, quæ magna uitia, & eam, quæ parua dissoluit. curatiua sanè pars quæ magna uitia, euectice aut atq; salubris, quæ parua discutiat, id quoq; perspicuū est. in medio uero amborum interstitio instauratiua nominata atq; præseruatiua positæ sunt, si ad salubrem euecticēq; cōparentur, non exigua uitia emendantes, si ad curatiuam, nō magna. propterea & quicunq; ambas has partes neutras appellauerūt, haud male mihi sensisse uisi sūt. sed de his alia est habēda oratio. In præsenti aut cōtemplatiōe de cōseruatricē artis humanū corpus gubernantis parte tria diuisionis membra supponant, unum de corporibus secundū habitudinem ualentibus, alterū de his quæ in habitu sana sunt, tertium de bono habitu præditis. primūq; instauratiuū appellet, nihil enim in præsentiā cum illis de nomine digladiemur, secundū salubre, tertium euecticum, hoc est boni habitus conseruatiuum, duo priora in melius ducentia, in optimo statu tertium conseruans. His ita positis ab initio agitare questionis meminerimus, erat aut (ut existimo) huiusmodi, utrum ad medicatiuā, an ad gymnasticam pars salubris uocata pertineret. nō absq; ratione igitur inter initia sermonis nostri diximus, omnem questionē sub definitionē cadere: nam quid sit medicina, quid gymnastica cū nouerimus, non amplius difficile fuerit inuenire, ad utrā ipsarū sa-

lubris referat. ipsa quidē salubris quidnā sit, iam mihi manifeste explicauisse uideor: aut enim tota pars cōseruatiua, aut ex illis tribus partibus una, quæ in medio uersat inter euecticen scilicet uocatam atq; analepticen: mihi reliquum nihil aliud q̄ de nomine controuersia esse uidetur, res ipsa aut minime in obscuro uersari tantisper, dum superius declarata cōcedantur, ac fixa permaneāt. atqui cū ipsa strictim atq; per capita recēsero, mox ad nominum interpretationē me conuertā. Quemadmodū igitur bonorū uestimentorū, edium atq; calceorum, perinde & corporis unā quādam artem esse cōstituo: cuius duas has esse partes, unā efficiētem, corrigentē alteram: ambasq; hæc naturæ prius inesse, sed ipsarū alteri emēdatrici scilicet humanam artē opitulari, quæ & ipsa bipartito diuiditur, in curatrice partem seu medicatrice, atq; in alteram conseruatricē, quæ & salubris uocat. ipsius uero tres partes sunt, analeptice, euectice, ac toti generi cognominis salubris. itaq; siue de conseruatricē parte, siue de eius particula quispiā querat ad utram artē pertineat, an ad medicatrice, an ad corporis exercitatoriā, totam rem prius (ut nunc ego feci) perstringentē ita deinde ipsum explicare opus est. quæ una corporis ars cum sit, licet uolenti eam medicinā appellare: sin hoc non placeat, exercitatoriā: sin id quoq; displiceat, totā artem nomine carere dicens unam eius partē medicinā, alteram exercitatoriā appellato: si neq; id probas, salubre quādam artem curatiuæ ex diuerso oppositam, eiusq; partes (si uelis) diateticā, gymnasticāq; dicito. singula enim nomina si interpretabere, ita uniuersum, quod querebas, indeptus fueris. At his auditis, quidā heus uir bone dicent, nō quēadmodū tu statuere uolueris, sed ut recte habet, nominū partitio faciēda est. Iterū igitur isti ita respondent, nostrā non amplius de rebus esse cōtemplationem, sed nominū explanationē nobis esse propositā, neq; id nos etiā tergiuersari ac de nominibus nō his solū, sed & de alijs omnibus illud in uniuersum pronuncio, nihil eruditū in mediū adduci posse. sed siue Assyriorum linguæ uocabulū sit, ab ipsis Assyrijs res discenda est, cui nomē illud indiderunt, siue sit Persarū linguæ, aut Indorū, aut Arabum, aut Aethiopū, aut omnino aliorū quorundam, illos percunctari oportet: nomen enim ipsum per se solum prolātū nihil indicat. meā igitur sententiam acceperis. ceterū nonnulli asserūt ipsis nomen aliquid significare, unde huiusce rei causa ego permulta Celtarū, Thracum, Misiorū, Phrygumq; nomina colligens iussu ut à singulis rem significatam manifestaret: quibusdā aut in sola Grecorum lingua id se posse facere dicētibz, hoc uocabulum, *λινεα* (Latine portū dicas) proposui, illis uero locū, quō naues applicāt, significare affirmatibus: at Thessali, respondi, quod à nobis forum dicitur, ita nomināt. sed isti Thessalicā linguā scire se negabāt: tanq; illud ipsum cōstitētes, quod ab initio dicebatur, nullū nomē, cui rei inditū sit, aliter posse cognosci, nisi ab ipsis impostoribus edocui-

edoctus fueris. cæterum aduersus ita dementes alia mihi oratio scripta est: res ipsas uero discere uolenti, & præcipue ac maxime huic ueluti optimo operi studentî, rerum præterea nomina mutæ locutionis causa percipere cupienti, usum mutuum interpretabor. neq; id in rerum omnium nomini- bus omnibus faciam: id namq; enarratoriæ cuius- dam, aut grammaticæ peritiæ munus est: sed attica potissimum nomina, secundo & ionica me cognoscere fatebor, nonnulla etiam dorica atq; æolica: sed in hisce duabus linguis plura me ignorare, quam scire, in attica uero plura me scire q̃ ignorare concedam. quod si tu & de nominibus loqui uelis, Homerus utiq; canit,
Vir medicus multis alijs tibi dignior esto
Dira uenena trahens, & pharmaca mitia fundens
Multa salubria miscens, & lethalia multa,
Ditior est cunctis medicus mortalibus unus:
Vtpote arte medica languida corpora medicamẽtis manuariaq; opera curante. An uero & alia tertia medicationis pars diætica appellata (latine cibariam dixeris) Homeri temporibus extaret, ego nulla id coniectura assequi possum. Sed me uelutior, & quem magis Græcorum res nosse uerisimile est, Plato Philosophus antiquos Asclepiadas hac medicinæ parte non admodum usos esse asseuerat. Verum medicinæ tres has esse partes, artemq; male habentia corpora curantem ab uniuer- sa Græcia iatricem, hoc est medicinam, appellari, nemo ferè est, qui eat inficias. Gymnasticæ autem artis nomen, Homeri seculo nondum repertum erat, neq; quisquam omnino gymnasta (sicut medici nomen inuenies) uocabatur. quemadmodum neq; etiam apud Platonem gymnasticæ nomẽ frequenter reperire licet: sed pædotribam magis, q̃ gymnastam huiusce artis professore appellat. nam paulo ante Platonis tempora gymnastarũ ars exorta est, quo etiam tempore & athletarum exercitatio emerfit. priscorum enim seculis uir quidam operarius naturalia munia exequens, uere bono habitu robustus in certaminibus usus est, tales omnes euaserunt, neque arare, neque fodere, neque iter facere, neque aliud quicquam pacis, ac multo minus belli opus egregie præstare ualentes. Horum hominum bonum habitum in superioribus uituperauimus, artemq; pariter gymnasticam ipsos instruentem: aliumq; bonum habitum laudauimus tutissimum iuxta & ad omnes naturales actiones maxime idoneum: cuius materiæ effectiuarum simul & conseruariarum duæ sunt, & salubris uocata uictus ratio, & exercitatio. Quatuor namq; genere cum sint omnes materiæ, à quibus corpus nostrum commutatur, manuaria functio

A medicatio, exercitium, ac uictus ratio, una est ægrotis inutilis, duæ uero secundum naturam sese habentibus. ægrotans namq; in multis medicamina, manuum operam, uictusq; rationem postulas, nulla ex parte exercitatiõe eget: exquisitè uero sanus corpus exerceat, & certa quadam uictus ratione utatur necesse est, sed medicamenta, aut manus ministerium non requirit. Salubris igitur artis pars est gymnastice, ab undeq; de utroq; præcepit Hippocrates: quæcunq; de aeris natura, locorum, aquarum, uentorum, anniq; temporum noscenda sunt, item de cibis, potibus, atq; exercitati- onibus accuratissime omnia perscribens. ex istis enim uictus ratio, quam diætam Græci uocant, in- tegrat, haud secus & de tempore, quantitate, ac qualitate non exercitationis tantum sed etiam fric- tionis copiose differuit. Plato etiam à parte totũ cognominare uisus est, non salubrem artẽ, sed ex- ercitoriã appellas, cum quia exercitium bene- ualentium proprium est, tanquam nullo pacto ip- so ægrotis utentibus, tum quod id solum modera- tore egere iudicauit: quandoquidem exquisita sa- nitate fruẽs corpus naturalibus appetitionibus utens, neq; in quali, neque usus tempore quicquam sumendis cibis erroris committeret, sed de hoc alibi sermo habendus est. Quod Plato autem alia gym- nasticam ut artis corpus regentis partem nouerit, aliam uero, quam nunc homines celebrant, ex his quispian comprehendere poterit: tibi enim eius uerba subiiciam, primaque ea, quæ in Gorgia ad hunc modum se habent: Duæ res cum sint, duas esse artes dico, unam animæ, quam ciuilem appel- lo, alteram corporis, quam & ipsam unam quo no- mine appellem non habeo: sed una cum sit corpo- ris curatio, duas partes nomino gymnasticam u- nam, medicatricem alteram. Hoc loco unam esse artem corpus curantem, quæ duas principes par- tes habeat, lucidissime Plato monstrauit. partesq; ipsius esse nominatas, totam uero nomine carere, in optimisq; respicere, qui & bonus habitus dici- tur, ex hisce declaratur, quorum singula in eodem libro paulo ante explicauit: Corpus sanè uocas ali- quid & animam? quid igitur & istorum amborũ quendam esse bonum habitum nō putas? ego ue- ro aliquem apparentem bonum habitum, sed nō uere bonum existimo: quod autem dico, tale est. pleriq; se corpore bene habere putant, quos haud facile quispian non bene habere sentiat, nisi medi- cus, aut exercitatorũ aliquis fuerit. Et in sequenti- bus, optimum istos intueri: quod uero sit iucun- dissimum ab obsoniorum conditore, eoque, qui Græce commotes, latine comptor dicitur, specta- ri ipse late declarat. Sed gymnasticam illam, qua instituuntur athletæ, graui quidem nomine deco- ratam, sed flagitiosam artem, nondum eousq; ex- tra naturæ limites progressam, quousq; eam nunc protulerunt, iam uero non optimum finem, sed absolute uirium, quibus aduersarij prosternan- tur, incrementum sibi proponere incipientem in tertio de republica libro uituperauit in hunc
q 4 modum

modum differens. Et per Iouē omniū ferē potissimum, quandoquidē si ultra gymnasticam superuacua ista corporis diligētia producat, nos occupat, nam & domui gubernandae & militiae & magistratibus in ciuitate gerendis incōmoda est: praeceptū uero ac maximum, q̄ ad omnes disciplinas, cogitationes, ac meditationes capessendas difficilis per se est, capitis semper aliquas distētionē atq; uertigines reformidans, sapientiaeq; studium eorū ortus causam asserens. quare quicūq; istius artis exercitio tenetur, atq; in ea probatur, undiq; impedimentū uirtuti obijcit: efficit em̄ ut homo semper se agrotū opinetur, neq; de corporis habitu queri unquā desinat. Adhuc inferius euidentius gymnasticae finē non uires aduersarios prosternentes, sed usum ad naturales actiōes esse cōfirmat ita dicens: Ipsas quidē exercitationes ac labores ad irascibilē naturae partē respiciens, illamq; excitans subibit potius, q̄ uirium rationē habens, nec quemadmodū alij athletę, corporū roboris causa uictū instituit, laboresq; adhibebit. Vndiq; igitur Platonis sententia perspicua est Hippo. mentem de huiusmodi gymnastica exquīsite probantis, cuius gymnasticę finis est athletarū bonus habitus: ipsam em̄ tanquam ad omnia ciuilia negocia inutīle uituperat, qd̄ breui oratione ille cōplexus ita p̄nunciat: affectiōe athletica non naturali salubris habitus melior est. q̄ ipsorū uero maxime excellens affectiō, ad quā potissimū properant, ad sanitatem periculosa est, quodq; id Hippocrati Platoniq; ignotū non fuit, & alibi à nobis dictū est. Caterum quoniā semel de hoc non uere bono habitu, deq; uitiosa gymnastica sermonem institui: & hęc iterum, q̄ paucissimis potero, perstringam. Cum in quadā moderatione sanitas sita sit, huiusmodi gymnastica intempericē excessumq; molitur, multā & solidā carnem procreans, sanguinisq; copiam q̄ tenacissimā adaugens; neq; em̄ uires tantum, sed etiā molem p̄dusq; corpori adijcere conatur, ut hac etiā ratione aduersarius opprimi ualeat. neque igitur amplius reperire difficile est, artem hanc omnibus naturalibus actionibus esse inutilem, & alioqui periculis obnoxiam. quod enim in omnibus ueris artibus maximū studium est ad summum eius, quod appetitur, peruenire, id in ista pessimum est: cum eam affectionem, quae ex sententia Hippocratis prae naturam est, tanquam naturalem adipisci contendat. Siquidem naturae bona quō procedunt magis, crescunt atq; augentur, eō meliora euadunt: non naturalia uero tanto deteriora sunt, quanto maiora. unde istorum nonnulli repente obmutuerunt, alij sensum motumq; amiserunt, ac penitus attoniti facti sunt, mole ista prae naturam ac multitudine instum calorem extinguente, liberumq; spiritui transitū intercludente: quicūq; aut ex ipsis mitiora patiuntur, effraçio conceptaculo sanguinem uomūt aut expuunt. huiusce igitur boni habitus opifices, quorum hęc mirabilia sunt uolumina, quae à

corruptas aures habentibus in praesentia circumferuntur, iam prorsus ab hoc nostro libro ablegemus, siquidem tu quoq; charissime Thrasybule cognoscis, istos neq; dignos esse, ut à me responsionem accipiāt. quid em̄ istis plus erit, qui heri aut nudius tertius prae naturam crapulari atq; dormire desierunt, ad tantūq; audaciae peruenerunt, ut de rebus illis temere impudenterq; contēdant, de quibus neq; illi facile pronūciare audent, qui iamdiu earum cohærentiam pugnantemq; naturam assequi studuerunt: quod nam isti profundū eruditum graueq; praeceptum condiscere poterunt? mirandum esset mediis fidius, si cum neq; illi omnes, qui à primis pueritiae tēporibus in optimis disciplinis uersati sunt, boni huiusce contemplationis iudices esse ualeant; illi, qui sese in certaminibus ad uincendum exercuerunt, degeneres aut & ibi uictoria caruerunt, repente gymnasticae effecti soli mentis acumīne praeellant. uigiliae namq; cogitatioq; non rudis, magis q̄ somnus, perspicacem intellectū reddunt; idq; ab omnibus ferē hominibus, quoniam omnium uerissimum est, adagium decātatur: Crassus ueter subtilē mentem non parit. forsā igitur puluis adhuc solus sapientiam ipsis comparauit, nam luti, in quo crebrius uolutati sunt, quis sapientiae conditorem esse arbitretur, & sues cernens in ipso cōuolui: at non in latrinis, inter quas quotidie uitā traduxerunt, par est ingenij solertia procreari, at qui prae hęc nihil aliud ipsi agebant, omnē em̄ ipsorū uitam in hoc circo uersari cōspexi, aut edētium, aut bibentiū, aut dormientiū, aut uentrē exonerantiū, aut sese in puluere lutoq; uoluentium. His itaq; dimissis (ueras em̄ artes & nō sceleratas cōtemplaturi in hunc sermonē incidimus) legitima gymnasticae authores iam accersamus Hippocrate, Dioclem, Praxagorā, Philotimū, Erasistratum, atq; Herophilū, & quicūq; alij totā artē ad corpus pertinentem didicerūt. proxime uero Platonem loquentē audiui, eius nullū esse propriū nomen, ne igitur totius artis corpus curantis unū nomen querito, neq; em̄ inuenies. Verum si forte de ipsa sermonem habere institueris, contentus sis Platonē imitatus ita differere: una cū sit corporis curatio, duas eius partes appello, unam gymnasticē, alteram curatricē, sanorū quidē gymnasticē, agrorum uero curatricē. Sed illud magis cōsideratione dignū, Platonē non salubrē artem curatrici in partitione opposuisse, quemadmodū antedicti oēs uiri fecerūt: quorū unius (si placet) meminero, quoniā eius uolumina passim celebrantur. Inquit igitur Erasistratus in primo de tuenda sanitate. neq; em̄ medicus inueniri potest, qui sese ad tractanda salubria cōtulerit. deinde subiungit, cruditates em̄ ab aliquo affectu, puenientes & ipsarum curationes ad medicatiuorū non ad salubriū tractationē redigunt, deinde iterū progrediēs addit, si quod uero in corpore uitū extiterit, propter quod assumpta semper corrumpūt, neq; in aq; malos succos, ac sunt priores, conuertuntur, huiusmodi

huiusmodi affectionem medici est, nō tuendā san-
nitatis magistri dissoluere. item paulo post, Preci-
pere de his, aut has discutere medicos nō salubres
deceat. Videtur em̄ iste nō artem quādam solum,
perinde ut alij omnes, sed etiam eius professorem
salubrem appellare, quemadmodum, ut cenſeo, et
medicatiuā professorem medicum uocat, ut artis
corpus curātis, cuius nullū propriū apud Græ-
cos nomen erat, in duas principes partes distribu-
tā, sicut ipsas partes medicatiuam salubremq; ita
& earum professores medicū salubremq; appelle-
mus. eodem modo aut̄ & pleriq; alij medici nomi-
nibus uſi sunt. Cæterum, ut uidetur, Platonis tem-
poribus nondum Græci aut artem ipsam, aut eius
professorem salubrē appellare consueuerunt. neq;
em̄ Hippocratis liber salubris, salubris inscribit,
sed alius de ratione uictus, alius de aquis aere &
locis inscribitur: forſitan aut̄ (ut proxime retuli) ne-
que sanis opus eſſe ratione uictus Plato opinabatur,
sed ipsis gymnasticam solum ſufficere; neq; em̄ in-
ſtauratiuam partem, aut præſeruatiuam ad gym-
nasticam forſaſſe pertinere exiſtimat: medias em̄
ipsas (ut dixi) collocatas utri uolueris adijcere po-
tes: q; si ipsas medicatiuā adiungas, exigua erit ſa-
lubris portio de aere, aqua, locis, exercitatiōibus,
cibisq; tantū conſiderans: atqui neq; de cibis om-
nibus, sed de illis tantum, qui ad ſecunda fruētes
ualetudine pertinent: Quinetiam forſaſſe cum aeris
regionum aquarumq; notitiā medicus præoc-
cupauerit, utpote curatiua parte ante conſtituta,
niſil amplius de ipsis non ſolum medicis, sed etiā
ſalubribus inſtituendis præter artem exercitatio-
num rationem tradente diſcendum ſuper eſt. Quā
obrem neq; absurdum fuerit & à parte nomen ha-
bente totum appellari. uerum hæc de nomine eſt,
non de re, diſputatio. At ſi quiſpiam (quod & ſu-
pra poſui) id ipſum perſpicies nō de re, sed de uo-
cabulo inſtitutum eſſe ſermonem, me & de hoc aliquid
dicere præcipiat, melius eos feciſſe dixero, qui
duas totius artis principes partes ſalubrē curati-
uamq; appellant: quandoquidem in diuiden-
di methodis didicimus eiuldē generis res per op-
poſita membra parti. exempli nanq; gratia de a-
nimalibus dicēs alia eſſe aerea, alia aquatilia, ſi ad-
dat, alia rationalia, per absurdum euidenter faciet:
nam prior partitiō ignea terreſtriaq; adijci poſtula-
bat: hæc enim proportionem aeris, aquatilibusq; re-
ſpondent: ſecunda uero in diuidendo rationalibus
irrationalia opponi requirit, ac eadem ratiōe mor-
tali quidem immortale, ſero domeſticum, pedeſtri
uolucres natatilesq; opponitur: extremæ nanq; de-
mentię eſt animalium aliqua immortalia eſſe dice-
re, aliqua pedeſtria, aliqua bipeda: ad eundem ſanē
modum in arte corporis præſide ſiquis eam parti-
ens inuenire partes quærat, ægros curantem me-
dicatiuam, ſanis cōſulentem ſalubrem appellabit:
quā immo etiā melius, ut & nos antea diceba-
mus, ars corporis curam habens emēdatrix cum
ſit, qua parte magna uitia corrigit, medicatiua ceu
medicatrix nominabitur, qua uero exiguas noxas

A tollit, ideoq; præ exiguitate, num etiā corrigit,
ſenſum ſubterfugiens, conſeruatrix dicetur: quine-
tiam aptius à materijs has partes morbidam, ſiue
ægritudinalem (ut ita dicam) unam, ſalubrem alte-
ram appellaueris, q; ſi rursus uelis ſalubrē ceu cō-
ſeruatiuam parti (utroq; enim modo licere appel-
lare dictum eſt) à ſubiecta ipſam materia in tria di-
duces, ut ſupra retulimus: in reſectricem uocata,
& in ſalubrem ſecundum habitum, & in boni ha-
bitus effectricem; nam ſingulis dictis partibus pro-
pria materia ſubijcitur, uni ſecundum habitudinē
ualens corpus, alteri ſecundum habitum, tercię bo-
no habitu præditum. accidit enim ipſa corpora eo-
dem cum partibus artis nomine appellari. quod ſi
ſecundum auxiliorum materias artem hanc ſaluta-
rem, conſeruatricemq; diſtribues, in quatuor par-
tes ſecabitur, una ſiquidem in aſſumptis, altera in
his, quæ ſiunt, terciā in his, quæ euacuantur, quar-
ta in forinſecus occurrentibus uerſatur. per hæc e-
nim ſanitas cuſtoditur. pars igitur ſalubris artis in
his, quæ aſſumuntur, uerſans ciborum portionūq;
ad ſanitatis cuſtodiam pertinentium ſcientia eſt:
quæ uero in his, quæ euacuantur, ſudores, deiectiones,
urinas, in uniuerſumq; omnia, quæ corpus
noſtrum excernere debet, conſiderat: quæ exteri-
us incidētium eſt, aerem, aquam, ſalluginē, mare,
oleum, aliaq; huiusmodi omnia ſpeculatur. at quar-
ta pars artis, quæ ſuper eſt, in his, quæ aguntur, po-
ſita, exercitationibus, appellatisq; Græce epitideu-
matis, hoc eſt, ſtudijs, continet: inſomnietas nāq;
& uigilia, ſomnus, uenus, ira, curæ, lauatio ex hoc
genere ſunt. atq; ſingulorū enumeratō ſalubritū
quātitas, qualitas, occaſio dignoſcenda eſt. Quā-
tula igitur ſalubris artis pars eſt de exercitatiōib.
ſcientia rectius em̄ puto gymnastica ars appella-
bitur, quæ omnium exercitatiōū facultatis cogni-
tio eſt. nam quæ ad paleſtram ſolū pertinet, cogno-
ſcere, per quam exigū eſt, omnibusq; mortalibus
minime utile. quandoquidē nauigare, fodere, me-
tere, iaculare, currere, ſaltare, equitare, uenari, ar-
mis certare, ligna findere, baiulare, & agrum cole-
re, omniaq; alia ſecundū naturam facere, q; luſta
exerceri, melius eſt. unde tibi iam intueri licet, nō
modo ſalubris artis quota ſit portio gymnastica,
ſed etiā gymnasticæ minimā eſſe particulā luſtan-
di ſtudiū, huicq; cognatum athletarum exerci-
tium, & affectionis cuiuſdam non naturalis effe-
ctiuum, uitioſamq; artem ſibi præpoſitam habens
optimum quidem boni habitus finem præ ſe fe-
rentem, ſed omnia alia potius, quā bonum ſi-
nem producentem. At huius improbæ artis illi
miſere luſtati repente ſcientiſſimi euaserunt. ueræ
autem legitimæq; gymnasticæ Hippocrates &
nuper cum ipſo enumeratus illuſtrium uiro-
rum cœtus magiſter eſt. Quemadmodum uero ad cu-
ratiuam partem pertinentia non rite omnia tradi-
ta ſunt: perinde & de exercitatiōibus non uera
omnia præcepta tradidere: uerum in præſentia per-
peram de ipsis locutos caſtigare propoſitum non
eſt, ſed gymnasticæ nomen declarare; quod ſcilicet hæc

cet hæc facultatum in exercitationibus positarum quemadmodum & medicamentaria facultatum in medicamentis repertarū, scientia quædā est. ambæ enim hæ partes à materijs denominationem sortitæ sunt: sicut & aliæ, quas paulo ante recēsiui. Atq; hinc eos male sentire cōstat, qui in diuīdēda tota arte gymnasticā medicatiuē opponūt: illa nāque à materia, hæc à generali cōmuniq; actiōe appellatōnem habet. singulæ em̄ primæ actiones hæ sūt, ueratro aut scāmōnio exempli causa purgare, uenā soluere, os excidere, inediā indicere, cibū exhibere, post has alię cōmuniōres, ac iam uniuersales, medicari, manus opera uti, rōnem uictus instituire, omnibusq; istis cōmune mederi. quæadmodum, ut puto, iterū actionibus circa sana corpora accommodatis omnibus cōmunis est cōseruatio: ac quisquis per diuisionē medicatiuō cōseruatiuū opponit, cognatorū oppositiōnē facit: ut unq; em̄ ab actione nominatū est: quemadmodū rursū à subiecta materia ægritudinale atq; salubre: ab auxiliorū aut materia medicamentariū ac gymnasticum, hoc est, exercitatorū. illud em̄ ægritudinalis & medicatiuū pars est, hoc salubris & cōseruatiuū. Cæterū hoc loco diligenter mentis acies excitāda est, ne gymnasticū palestræq; præfectū eundē nos efficere, totiusq; gymnasticę particulā quandā luctatoriam (ut ita dicam) cōstituere nos prætereat: quandoquidē & qui luctas oēs & frictiōnū singillatim oēs actiōes rite obire ualeat, iste panifici, coquo, ædificatori proportiōne respōdet, facere quidē panes, obsonia, edes scientibus, minime tamen quid in ipsis optimū sit, quid nō optimū intelligētib;us, quāuē facultatē ipsoū unūquodq; ad sanitatē habeat, nō dignoscētib;. Itaq; ars, quę corpus humanū curat, ut crebro ante repetitū fuit, una est, aliæ uero huic materias cōparant: neq; n. alutarij cerdones, qbus calceatis, qbus sine calceis ambulare melius sit, nouerūt, sed neq; qbus calceari quidē melius est, quo tamen calceorū genere uti debeāt, cōpertū habent, id aut Hippi. haud ignotū est: cui dā em̄ arbylis lutū calcantibus calceari præcepit, tamen ipse arbylas cōficeret. quemadmodū neq; imperator galeam, lorica, hastam, clypeū, gladiū, aut ocreas conderet. præterea neq; ædificator de excelsa aut parua domo quicq; nouit, aut de cōuersa ad occidentē, aut orientē, ad austrū, aut ad aquilonē, neq; de frigida, aut calida, aut tenebriosa, aut illustri, aut de humili eius parte, siue superiore, aut de humida, uel sicca: quā utilitatē ista singula, quā ue noxā afferant. perinde ut panifex cuiā purissimus panis, cui surfuraceus, cui multus aut paucus quōue tēpore sit dādus, ignorat, ipsos uero panes egregie cōficit. eadē rōne & coquus lentē, hordeū, alicā, seu chōdrū græce, betā, aut aliorū aliqd nullius ipsoū uires cognoscens, esui tamen apta reddere peritus est. id genus artes materias oēs arti corporis curatrici subministrant, quemadmodū & istis aliæ, panifici quidē frumentū agricola, furnum figulus, arborū succisor ligna, carpentarius mensam, carpentario aut ipsi rursū alius asciam,

amulsum alius, item alius ligna. at alutario cerdoni itidem cultrū fabrilis ars, coria pelliū cōcinnatix, pedis effigiem, calopoda Græci uocant, carpentaria. ædium quoq; structori sculptores, lapidæ, later figuli, & carpentarij, illi quidem lapides, isti lateres, hi uero ligna idonea præparant. oēs igitur id genus artes mutua ope indigent, & perfectioribus materias, ex quibus finem suū assequunt, suppeditant: & instrumēta optima, per quę illas adornant, efficiunt. Omnibus his aut ceu quædam architectonica ars corporis curatiua præsidet: siquidem ædificatoriæ, ut tales quasdā ædes extruat, præcipit, calceariæ calceum, panifici panem, culinariæ obsonium, alijsq; singulis, ut quæq; apta est, quid actura sit, imperat. Sed huiusce artis corpus curantis, salubris appellata pars est, cuius quadripartito diuise partis unius gymnastica particula est. ea igitur tot artium ueluti quædam princeps habetur, equestri sanē quando equitare oporteat, uenatoriæ similiter, & uniuersim cuiuslibet alij animalia captati, cum ipsarum usus postulat modum occasionē, qualitatemq; demonstrans: haud absimili ratione & fodientibus, & metentibus, & ligna cedētibus, & nauigantibus, & saltantibus, & quodcūq; aliud agentibus præsidens ipsa dominatur atq; imperat. Vna quædam inter id genus artes & illa est, quæ in luctationibus uersatur, appellemus aut eā, si lubet, græco uocabulo pēdotribicam: hæc enim eorū nihil intelligens, quę ad utilitatē noxāq; corporis faciunt, decentes, uarias, sternendi uim habētes, facilesq; ac minimo labore apprehensiones simul, ac motiōnes, haud minus, q̄ saltatoria, cōperiunt. uerum hæc corporis curationē non usurpat: ista pēdotribica, nescio quomodo, præ nimia sensus hebetudine ueluti seruus attonitus in optimū herum gymnasticam scilicet insurgit. Quæadmodum si quis armatus miles, aut eques, aut sagittarius, aut funditor, aut iaculator imperatori acie structi, armanti, & in præliū educēti, rursūq; receptui canenti pertinax aduersetur: insaniret enim & iste, si imperatorem ad priuatas actiones, puocans atq; lacessens, in ijsq; præstantior inuentus, aut cōmunicari sibi imperium dignū putaret, aut suā ipsius artem imperatoriæ partem existimaret: nihilo secius arbitror & pēdotriba insaniat, aut gymnasticam scire se, aut eius partē possidere persuasus, cum seruus tantum subiectusq; sit. ut em̄ miles artis imperatoris, sic pēdotriba gymnasticę minister est. ipse nāq; quatenus exercet, exercitatoris, quatenus uero luctandi artē exercet, alterius cuiusdā professionis minister est, quam ego prostratoriam recenti uocabulo appello. non solum autem eos ita appellant, qui athletas exercēt, sed etiam gymnastas: nihilominus secundum rei ueritatē aliud est ars pēdotribica, quemadmodum sagittaria: prostratoria uero, qualis est imperatoria: at gymnastica, qualis est medicina: duabusque artibus præpositis hæ singulæ deferuiunt. ita enim & alutaria, ut militi optimum calceum parat, ab arte imperatoria docetur: ut ad sanitatem uero idoneum struat,

struat, ab arte corporis gubernatrice admonetur. A nec non & culinaria salutare obsoniū medico salubriq; cōcinnat: gustatui uero iucundū ac uoluptarium, non amplius id arti cuipiam, sed adulationi potius cuidam finē sibi non sanitatem, sed uoluptatem proponenti. igitur & luctatoria id, quod ad sanitatē bonum est, salubribus & gymnastis uocatis adipiscitur: quod autē ad affectionem athleticam pertinet, illi uitiosæ arti sæpius à me repetitæ, seipsam quidem gymnasticam appellanti, rectius autē prostratorię nūcupatę, nanciscitur. Lacones utiq; & ipsam cabbalicen, id est uim sternendi habentē, nominant: eumq; magis cabbalicum, non qui robustior, sed qui magis in hac arte uersatus fuerit, nominant. Verum em̄ uero omnis bene instituta resp. hoc genus artis odit, ac detestatur, quæ omne uitę robur uimq; prosterneat haud in bonam affectionem corpora traducens. Ego itaq; plerūq; multis athleticis, qui præstantissimi esse uidebatur, quiq; multas in certaminibus coronas meriti sūt, me ipsum ualentiorē esse expertus sum: quādoquidem in omnibus itineribus faciendis, in militariibus actionibus, magis præterea in ciuilibus, atq; rusticis negocijs inuiles prorsus reperiebantur. si quando uero & amico ægrotanti assistere uisu ueniret, in consulendo, prouidendo, auxiliando omnium erant ignauissimi: atq; hac ratione à suis quidem minime ingenio differunt. nihilominus tamen inter hos infelicissimi nullaq; unquam uictoria insignes repente se ipsos gymnastas nominant. deinde (ut arbitror) incōcinna barbaraq; uoce non minus, quā sues uociferantur. nonnulli autē ipsorum & de frictiōe, aut de bono habitu, aut de sanitate, aut de exercitationibus, uolumina scribere aggrediuntur: deinde illis detrudere contradicereq; audent, quæ nullo unquam tempore didicerunt, ut quidam proxime in Hippocratem inuectus tanquam non recte de frictione tractantē, uerum nonnulli qui aderant, medici & philosophi ad me uenientes, ut totam ipsius huiusce rei rationem explicarem, à me petiuerunt: quod cum fecissem, omnium primus Hippocrates hunc locū optime tractasse uisus est. tunc gymnasta ille sponte nullo docente eruditus in medium repente prodians, puerumq; exuens nos eum iussit fricare atq; exercere, aut de frictione exercitationibusq; tacere. deinde clamans dixit: quando em̄ unq; Hippocrates in arenam, quando in palæstram descendit, qui neque forsan rite oleum infundere sciebat: ad hunc sanē modū iste uociferabatur, et alioqui neq; tacens audire, nec quæ dicebantur, intelligere poterat. at nos præsentibus quiete modesteq; discebamus improbum illum hominē perinde facere, ut coquus ac panifex de ptisana ac pane disputare audentes, deinde clamitantes, quando Hippocrates in culina aut pistrino uersatus est: paret igitur mihi placentam, aut panem, aut iusculum cōdiat, aut aliquod ferculum sartagine coquat, atq; ita de

inde de ipsis sermonem faciat. Cæterum fortasse dixeris, cur Hippocratem omnemq; ab ipso manantem sectam medicos nominamus, si non uersæ arti corporis gubernatrici, sed soli eius parti, quæ laborantibus opitulatur, id nomen indidimus: uidetur em̄ medicus totam artem cōplecti: ut neq; eam partem, quæ de exercitationibus est, negligat. Hanc huiusce rei fuisse causam suspicor, quoniam cum prima totius artis pars curatiua, q; & maxime urgeret, constituta sit: deinde per multum ocium cōseruatiua salubrisq; uocata ei adiecta fuerit, totam artem à præcipua magis parte denominari cōtigit, quemadmodū & in alijs pleriq; fieri assolet. quandoquidē & geometras appellamus non circa planas solum figuras, uerum etiam circa solida uersantes, nullusq; his temporibus inuenitur, qui ut geometra, sic & stereometra nominetur: sed nomen defecit. ut etiam salubrium non corporum, non ciborum dico salubrium, sed uiorum ista sciētium ab Erasistrato medicis ex aduerso distinctorum pariter et trierarchas ueteres Greci triremium principes nuncupabant: nunc uero omnes utuq; naualis exercitus duces, etsi triremes nō sint, eo nomine appellāt. huiusce rei quoddam simile circa medicinam atq; medicos euenit: à prima enim constituta parte ut & ipsa tota corporis gubernatrix ars medicina, ipse artis professor, medicus nominaretur, tēpore procedente effectum est. quam ob rem neq; ab re nunc quispiā interrogatus cuiusnam artis pars sit illa facultas, que tuendæ sanitatis notitiam tradit, medicinæ respondere poterit: latius namq; fuso & amplificato uocabulo neq; adhuc partem, sed integrā humani corporis artem significante, Hippocrates, & omnes, qui hac tempestate florent, iure medici nomē inuenerunt, artiq; ipsius duas maximas partes cognouerunt, curatricem scilicet atq; salubrem: iteq; salubris ipsius partem esse gymnasticam sciunt, quemadmodum à nobis supra disertum est. Itaq; sicut Hippocrates, Diocles, Praxagoras, Philotimus, atq; Herophilus totam corporis præsidem artem, ut ipsorum testantur uolumina, callebant: ita sanē Theon, atq; Trypho uitiosam illam athleticarum artem tractantes, quemadmodum item & ipsorum libri declarant, præparationem quoddā exercitium nominant: rursum aliud partitionem, aliud uero perfectum, item aliud apothepiam: quæruntq; num secundum talem circuitum exercere athleticam oporteat: an nō oporteat, ambigūt. Quomodo ergo salubrem facultatem huius istorum artis partem esse intelligam: quando em̄ hæc neq; ueræ gymnasticæ pars, sed contra salubris facultatis illa pars sit, quid opus est de flagitiosa istorum arte dubitare: quæ cum neq; artis corpus curantis ullo modo pars esse possit, cuidam præterea exercitationi præsidet, quæ non solum à Platone atq; Hippocrate, uerum etiam ab alijs omnibus medicis atq; philosophis contemnitur.

FINIS SECUNDI TOMI.



BASILEAE PER HIER. FROBENIVM
ET NIC. EPISCOPIVM.
ANNO M. D. XLII.

